

وزارة المعارف العمومية

الاعشاب المنظّمة

فرحات محمد مرزوق

مدرس بمعهد التربية للعلمين

محمد علي حافظ

مدرس بمعهد التربية للعلمين

حقوق الطبع محفوظة للوزارة

التقايسة

طبع بالمطبعة الأميرية ببوفاق

١٩٤٣

وزارة المعارف العمومية

الاعشاب المنظفة

فرحات محمد مرزوق

مدرس بمعهد التربية للعلمين

محمد علي حافظ

مدرس بمعهد التربية للعلمين

حقوق الطبع محفوظة للوزارة

القاهرة
طبع بالمطبعة الأميرية ببولاق
١٩٤٣

الفهرس

صفحة	صفحة
١٩ — أنا !! ٢١	١ — مقدمة ١
١٩ — القطار... .. ٢٢	١ — الألعاب ١
١٩ — الجهات الأصلية والفرعية ٢٣	١ — تحضير دروس الألعاب ... ١
٢٠ — سباق عابء القاب ... ٢٤	٢ — الاستعداد للدرس ... ٢
	٥ — طريقة الجماعات ... ٥
	٥ — الشروط الصحية للألعاب ... ٥
	القسم الأول
	ألعاب هاءء
٢٢ — ها وهناك وفي كل مكان ٢٥	١ — اشغل الفراغ ... ٨
٢٢ — الحيوانات ٢٦	٢ — الكرة الموسيقية ... ٨
٢٢ — اتبع الدليل ٢٧	٣ — الأسئلة المضادة ... ٩
٢٣ — الأزهار والريخ ٢٨	٤ — ذيل الحمار ... ٩
٢٣ — هل رأيت صاحى ؟ ... ٢٩	٥ — إبحث عن الحلقة ... ٩
٢٤ — الدوائر الموسيقية ... ٣٠	٦ — سباق درجة الكرة ... ١٠
٢٤ — حريق فوق الجبل ... ٣١	٧ — وحش . طير . أوسمك ١١
٢٥ — الخيالة والخيال ... ٣٢	٨ — خبيء الشيء ... ١١
٢٦ — سباق العدد ٣٣	٩ — "بم" ... ١١
٢٦ — واحد واثنى ٣٤	١٠ — الأيدى لأعلى والأيدى لأسفل ١٢
٢٧ — أدر ظهرك ٣٥	١١ — القرون ... ١٣
٢٧ — انقط ٣٦	١٢ — سباق القول ... ١٤
٢٩ — مطاردة الحيوان ... ٣٧	١٣ — الإشارة بالعين ... ١٤
٢٩ — "كرب وكرات" ... ٣٨	١٤ — من البادى ؟ ... ١٥
٣٠ — الصيادون والسمك ... ٣٩	١٥ — إمسك المصا ... ١٦
٣١ — المصيده ٤٠	١٦ — حديقة الحيوان ... ١٦
٣١ — إمسك الذيل ٤١	١٧ — "الدرس يقول" ... ١٧
٣٢ — اليد وكلايه ٤٢	١٨ — الأمثال ... ١٧
٣٣ — اللصوص والجنء ... ٤٣	١٩ — تمرء التليفون ... ١٨
٣٤ — ناد اسمه ! ٤٤	٢٠ — البائع المنجول ... ١٨
٣٤ — ملك الدائرة ٤٥	
٣٤ — سباق القوة ٤٦	

القسم الثانى

ألعاب بسيطة

صفحة

٦٧	٧٦ — القفز
٦٧	٧٧ — تمرير الكوبري والنفق ...
٦٨	٧٨ — التمرير والقفز
٦٩	٧٩ — الرمح
٦٩	٨٠ — الحمل
٧٠	٨١ — الكرة والجري
٧١	٨٢ — العجلة
٧٢	٨٣ — الفرق
٧٣	٨٤ — تنطيط كرة المضد
٧٤	٨٥ — جمع وتوزيع الكور ...
٧٥	٨٦ — ١- طواق
٧٦	٨٧ — المركب
٧٧	٨٨ — التمرير المركب ...
٧٩	٨٩ — الموانع
٨٠	٩٠ — الموانع المتنوعة
٨١	٩١ — سباق الزمن
٨٢	٩٢ — الوثب فوق الأرجل ...
٨٣	٩٣ — الضفدعة
٨٤	٩٤ — الوثب فوق العصا
٨٥	٩٥ — قفزة الأرنب
٨٦	٩٦ — الرمي في المربع
٨٧	٩٧ — تنابع التقاطع
٨٨	٩٨ — ارم واجلس
٨٩	٩٩ — الثلاث لقفات
٩٠	١٠٠ — الاستلام والارسال ...
٩١	١٠١ — تنطيط الكرة ومسكها ...
٩٢	١٠٢ — تنطيط الكرة في الدوائر
٩٣	١٠٣ — الكرة والطوق
٩٤	١٠٤ — اجر وارم والقف
٩٥	١٠٥ — غير مكائنك
٩٧	١٠٦ — التمرير في الفراغ ...
٩٨	١٠٧ — الأركان
١٠٠	١٠٨ — تمرير الكرة داخل الدائرة

صفحة

٣٥	٤٧ — الأسد في المضمار
٣٦	٤٨ — أبواب المدينة
٣٧	٤٩ — الوثب فوق الأيدي
٣٨	٥٠ — الكلب والعظمة
٣٩	٥١ — غير الصولجان
٤٠	٥٢ — الكرة السريعة
٤١	٥٣ — ضرب الوصائد
٤٢	٥٤ — الخنزير في الحفرة
٤٤	٥٥ — كرة الصفارة
٤٥	٥٦ — ارم واجر
٤٦	٥٧ — الكل يجري
٤٧	٥٨ — الرمي لمسافة
٤٨	٥٩ — الصويب على المثلث
٤٩	٦٠ — الهدف المتحرك
٥٠	٦١ — الصويب
٥١	٦٢ — الكرة الصينية
٥٢	٦٣ — الحائط الصيني
٥٤	٦٤ — حارس البرج
٥٥	٦٥ — تقدم الجيش
٥٧	٦٦ — الهجوم

القسم الثالث

مسابقات التنابع

٦٠	٦٧ — تنابع التوازن
٦١	٦٨ — تنابع البيضة والملقعة ...
٦١	٦٩ — سلع العبابان
٦٢	٧٠ — داخل وخارج القاطرات
٦٣	٧١ — تنابع العلم
٦٤	٧٢ — تنابع الدوران
٦٥	٧٣ — تنابع المرور في النفق ...
٦٥	٧٤ — تنابع الأقواس
٦٦	٧٥ — تنابع التبادل

صفحة

١٣٩	— كرة الموقعة
١٤١	— كرة المرمى
١٣٩	— كرة الشبكة ذات التسعة مربعات
١٤٣	— الكشاف
١٤٥	— كرة الرئيس
١٤٧	— كرة المتقلاع
١٤٨	— كرة الحدود
١٥٠	— اضرب والمس
١٥١	— صد الكرة
١٥٣	— كرة الزحف
١٥٤	— كرة الجبل
١٥٥	— كرة البواو
١٥٦	— كرة الأرض
١٥٨	— كرة المضرب
١٦٠	— الكرة العالية
١٦١	— كرة اليد الصغيرة
١٦٣	— سلم الكرة
١٦٥	— المس وارم
١٦٧	— المدفعية
١٦٨	— التراحم على الكرة
١٧٠	— كرة المربع
١٧٢	— كرة الركن
١٧٤	— تنس الكرة الطيبة
١٧٦	— تنس اليد
١٧٨	— تنس المركب
١٨٠	— الهوكي الصغير
١٨٢	— هوكي المركب
١٨٤	— كرة النهاية
١٨٥	— كرة المربعات الثلاثة
١٨٧	— كرة الغريمين
١٨٩	— كرة العمود في الدائرة
١٩٠	— كرة العمود الصغيرة
١٩٢	— كرة العمود الصغيرة

صفحة

١٠٩	— تنظيم الكرة عاليا
١١٠	— إصابة الهدف
١١١	— الرمي على السلة
١١٢	— المحاورة بالكرة
١١٣	— دحرجة الكرة
١١٤	— أوقف الكرة
١١٥	— تبادل الكرة
١١٦	— الكرة بين الموانع
١١٧	— الكرة والحبل
١١٨	— الجرى الدائري بالكرة
١١٩	— الكرة المنعرجة فوق الرأس
١٢٠	— تمرير الكرة في دائرة بين فريقين

القسم الرابع ألعاب الكرة

١٢١	— امسك الكرة
١٢٢	— كرة المناداة
١٢٣	— كرة انركوب
١٢٤	— ارم والقف على السلة
١٢٥	— القف من السلة
١٢٦	— ساعة الجلف
١٢٧	— كرة المحاورة
١٢٨	— الكروكيت
١٢٩	— أصبه
١٣٠	— كرة الماث
١٣١	— كرة القبضة
١٣٢	— الكرة العابرة
١٣٣	— كرة الملعبين
١٣٤	— الكرة النطاطة
١٣٥	— الكرة المنعرجة
١٣٦	— ملك القاعة

صفحة		صفحة	
٢٤٧	— "كيكى على العالى" ...	١٦٩	— كرة العمود ...
٢٤٨	— "العلب فأت فأت" ...	١٧٠	— كرة البرج ...
٢٤٨	— القطة والفأر ...	١٧١	— كرة النفق ...
٢٤٩	— حجر دار ...	١٧٢	— الكرة المتعرجة ...
٢٤٩	— "كله كى... منى يانى" ...	١٧٣	— كرة الهجوم ...
	— "انزل يا عم ... اركب	١٧٤	— الكرة الطائشة ...
٢٤٩	— يا خال" ...	١٧٥	— كرة الرأس ...
٢٥٠	— "أنا الثراب الخطاف" ...	١٧٦	— كرة السلة الصغيرة ...
٢٥٠	— يا عم يا جمال ...	١٧٧	— كرة الانتقال ...
٢٥١	— الجبل ...	١٧٨	— الكرة الطويلة ...
٢٥٢	— "صلاح" ...	١٧٩	— الكرة الطويلة بالقدم ...
٢٥٢	— "ع-كرو حرامية" ...	١٨٠	— رجبى اللس ...
٢٥٣	— "أبونا ضريونا" ...	١٨١	— كرة الصواج ...
٢٥٣	— "عسكرى تضيق" ...	١٨٢	— كرة الصواج فى أربع دوائر
٢٥٤	— حنك الدنك ...	١٨٣	— كرة الصريب فى الدائرة
٢٥٤	— الحديد ...	١٨٤	— الجرى - ول القواعد ...
٢٥٥	— "الطاقة فى العب" ...	١٨٥	— الصواج فى القواعد ...
٢٥١	— "انزل ولا تزلزل" ...	١٨٦	— كرة الملعقة ...
٢٥٧	— البحر المالح ...	١٨٧	— كرة القاعدة ...
٢٥٨	— العصفوره والمضرب ...	١٨٨	— الطواف الدائرى ...
٢٦١	— البلى ...	١٨٩	— الطواف بالترير فوق الرأس
٢٦٣	— "البيوت أو الرسته" ...	١٩٠	— الطواف ...
٢٦٥	— السجدة ...	١٩١	— الطواف باصابة الهدف
٢٦٧	— الكبة ...	١٩٢	— الكرة الطوافة ...
٢٦٨	— "بلنج - بلنجين" ...	١٩٣	— لعبة الخماسيات ...
	— "عندك ابن - طلع		
٢٦٩	— الجبل" ...		
٢٧٠	— الحكمة ...		
٢٧٠	— "اللجم" (وجه بحرى)		
٢٧١	— "اللجم" (وجه قبلى)		
٢٧٣	— "أول سنو" ...		
٢٧٥	— النخطيب ...		

القسم الخامس

الاعاب شعبية

١٩٤	— صيد السمك ...
١٩٥	— صيد الحمام ...
١٩٦	— "سبة ملح" ...

مقدمة

شعرنا في السنوات الأخيرة بحاجة المدارس إلى مجموعة من الألعاب المنظمة التي تتفق مع قوى التلاميذ وميولهم في مراحل النمو المختلفة . وتمهد للألعاب الكبيرة ككرة القدم والسلة والموكي وغيرها . وتدخل الشوق والحماس في دروس الألعاب .

كما رأينا أن الكثير من المدارس تنقصه الملاعب الكبيرة . ولا توجد فيه إلا الملاعب الضيقة ذات المساحة المحدودة . ولا تتوافر فيه الأدوات . فأصبح لزاما علينا اتخاذ طريقة فعالة للانتفاع بما لدى المدرسة من مكان وأدوات . كما وجدنا أن بالمدارس القليلة التي بها ملاعب يشترك بعض التلاميذ في الألعاب الكبيرة على غير أساس أو تدريب فني سابق على تفاصيل كل لعبة مما يجعل ألعابهم طائشة بينما لا يشترك الكثيرون خوفا من الكرة وهربا من إظهار ضعفهم أمام الباقيين .

لذلك وضعنا هذا الكتاب وضمناه ألعابا متباينة الأغراض متعددة النواحي . بعد أن جربناها عمليا مع التلاميذ على اختلاف أعمارهم ولمسنا نجاحها بأنفسنا .

ولقد تجنبنا الألعاب الكبيرة ذات القواعد الثابتة المعروفة التي سبق للهيئات الرياضية نشرها وتفسيرها مما جعل مادة الكتاب كلها حديثة في نوعها ونظامها وتدرجها ، وما تحتاج إليه من أدوات وملاعب وما يحكمها من قوانين حتى تلائم ظروف اللعب من حيث الزمن والمكان والاستعداد . وحتى تتفق وقدرة التلميذ على تحريك أجزاء جسمه وضبطها ومقدار استخدامه ليده وقدمه مع عينه . فتعده إعدادا فنيا للألعاب الكبيرة بما فيها من دقة وفن ، وضرورة ارتباط اللاعب بموضع خاص ، وتعاونه مع زملائه ، وإطاعته للقوانين ، وإخلاصه لفريقه .

(ح)

ولذا راعينا :

أولا — التدرج من الألعاب السهلة للألعاب الصعبة ، في التنظيم وفي الزمن ، حتى يشمل التدريب نواحي اللعب من رمي ولقف وضرب ومراوغة ومحاورة إلى غير ذلك .

ثانيا — الانتقال التدريجي من الألعاب ذات القوانين القليلة البسيطة — سواء أكانت من الناحية الفنية أو ما تتطلبه من صفات اجتماعية — إلى الألعاب ذات القوانين المعقدة . حتى لا يختلط الأمر على التلميذ دفعة واحدة . ولا يصاب بالعمل الصعب . كما أن أهم ما يمتاز به الطفل الفردية فهو لا يدرك معنى العمل للجماعة أو روح الجماعة ولذا يتحتم أن يكون تدريبه عليها في خطوات .

ثالثا — مساعدة التلميذ المتأخر رياضيا حتى يشعر بالثقة في نفسه وتنمو كفايته ويشارك في الألعاب دون خوف أو وجل .

رابعا — حالة المدارس من حيث كثرة عدد التلاميذ في الفصل الواحد وقلة الملاعب وضيقها . وندرة الأدوات . فالألعاب المختارة لا تحتاج إلى ملاعب كبيرة ولا تتطلب إلا أدوات قليلة أو أدوات يسهل على المدرسة أن تعملها بنفسها — كما أنها ألعاب يصح أن يشترك فيها القليل أو الكثير من التلاميذ .

خامسا — ضرورة نشر الألعاب الرياضية المصرية . فوضعنا لها بابا خاصا ورتبنا قواعدها واحتفظنا بأسمائها العامية المتداولة حتى لا تفقد صبغتها القومية

المؤلفان

محمد علي حافظ فرحات محمد مرزوق

الألعاب

تسير الألعاب وفقاً لأصول التربية وطرقها في تنوعها وتباين قواعدها واختلاف أساليبها بين السهل البسيط والصعب المعقد ، وتمتشي مع طرق التربية حيث يبدأ العمل بالسهل ويتدرج منه إلى الصعب ، ويتنوع الموضوع لإشباع الميل ، وتختلف الطريقة منعاً للملل ، وتتغير الأساليب زيادة في الشوق ، وفي كل ذلك تتفق في مبادئها مع ما ترمى إليه التربية . فالغرض من دروس الألعاب هو التربية بمعناها الكامل . ولذا حتمنا على المدرس أن يختار منها ما يناسب سن التلاميذ ومقدرتهم . وأن يضع خطته متبعاً مراحل نمو الطفل ننتدرج الألعاب في صعوبتها مبتدئة بالألعاب الفردية للصغار إلى الألعاب الجماعية للكبار .

والمدرس هو الأخ الأكبر إقرب اللاعبين ليرشدهم ، ويثبت الخلق الكريم فيهم ، ويشترك معهم في اللعب ، فيكون مثلاً لهم في مراعاة النظام واحترام القانون والعدل . ويظهر شوقه لعبهم واهتمامه بحركاتهم فيؤثر في روحهم ويزيد من نشاطهم .

تحضير دروس الألعاب :

يحضر درس الألعاب كتحضير باقي المواد الدراسية من حيث اختيار نوع الألعاب وطريقة اللعب والأدوات المستخدمة مع مراعاة قوة التلاميذ وفهمهم ومقدار تدريبهم والوقت ومدة الدرس . ويشمل الدرس عادة ألعاباً قديمة وأخرى حديثة مع التغير في مدى المجهود . فدرس خاص بالألعاب مدته أربعون دقيقة يشمل الجري والسباق ولعبة هادئة وأخرى بسيطة وثلاثون من ألعاب الكرة مع تعاقب هذه الأنواع من حيث هدوئها وحركتها وسرعتها وبطئها . ومن هنا قسمت الألعاب إلى الأنواع الآتية :

(١) ألعاب هادئة — يقوم بها الطفل وحده أو مع أقرانه في جو ساكن قليل الحركة ومكان محدود . وأغلب ما تكون أغراضها للتفكير والتخمين ، أو لإراحة الفرد بعد الإجهاد البدني والتعب ، أو بقصد التنويع في الطريقة والموضوع .

(٢) ألعاب بسيطة — ترجع سهولتها إلى خاؤها من التفاصيل وكثرة القواعد ، ويهتم فيها الطفل بقوته دون أن يدرك معنى المنافسة . وتعدّه إلى الألعاب المعقدة إعدادا يشمل النظام وسرعة التلبية واحترام قانون اللعبة وعمل التكوينات .

(٣) ألعاب المنافسة — وفيها تزداد قوة الطفل العصبية وما يتبعها من توافق في الحركات . فيستطيع لقف الكرة أو قذفها نحو هدف ما ، وإظهار مجهوده الفردي لغرض ما واصباح الجماعة التي ينتمى إليها .

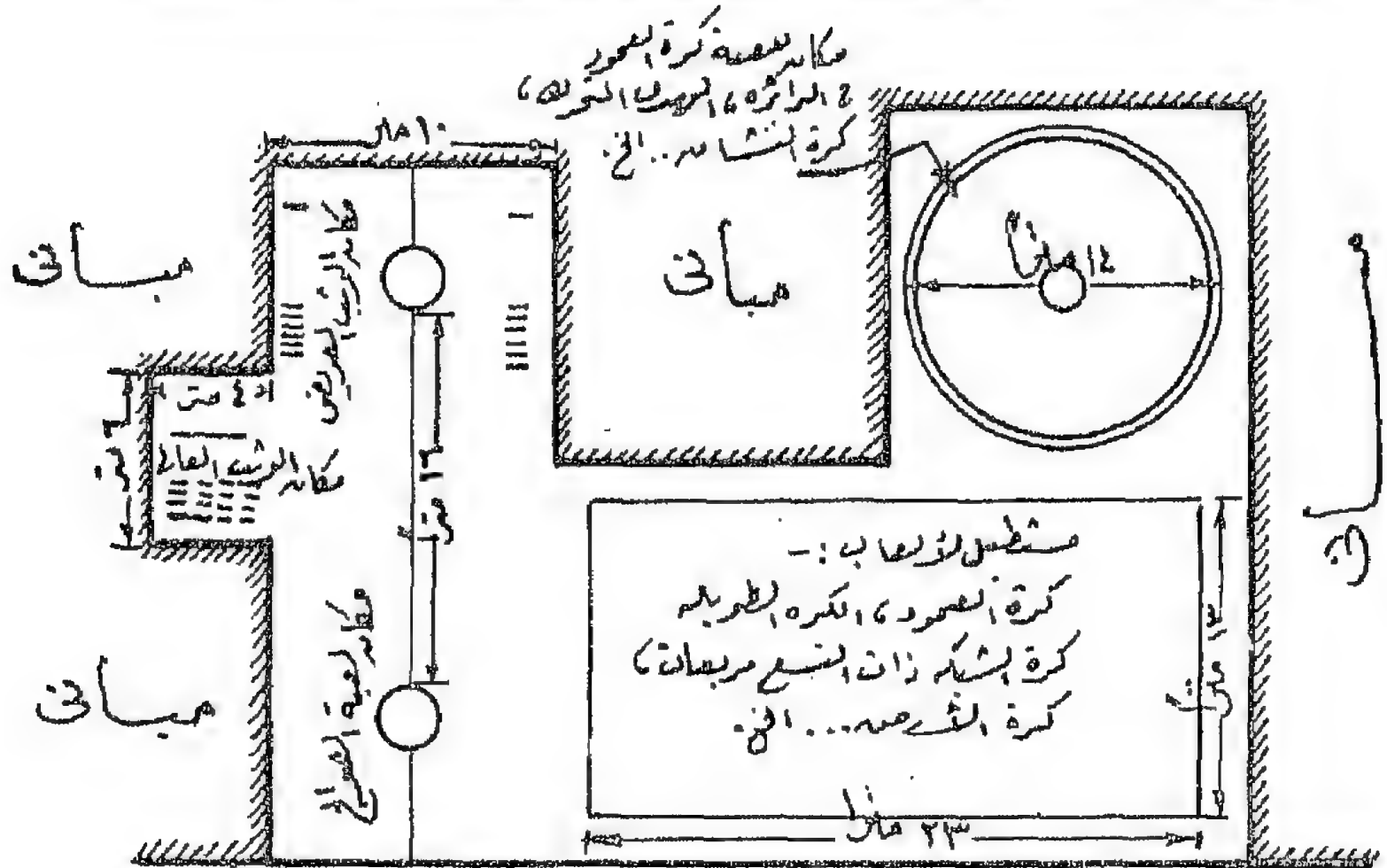
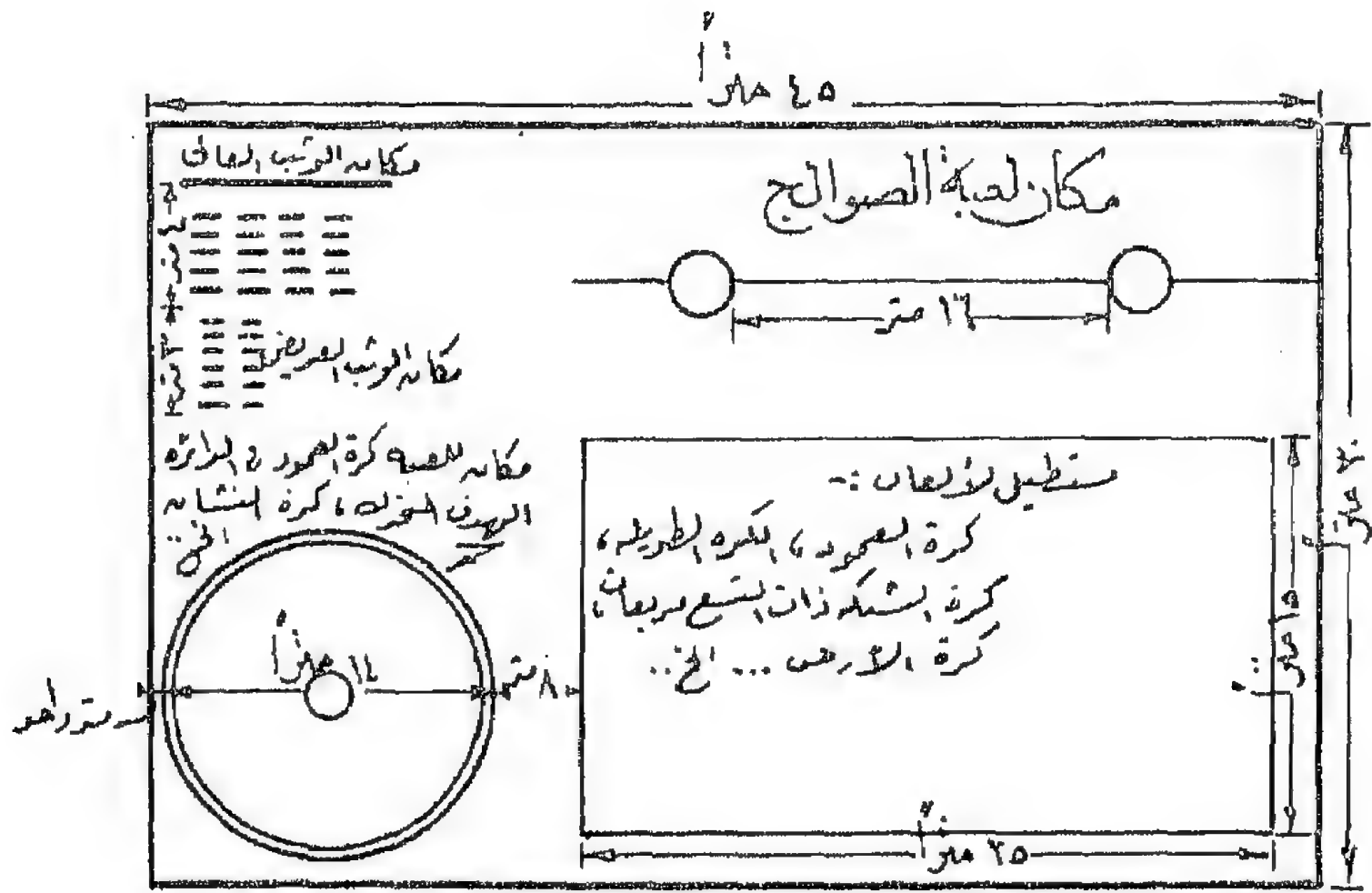
(٤) ألعاب جمعية — وفيها يتولى الطفل قيادة الجماعة ، أو يكون واحدا من بين الجماعة يأتمر بأمر قائدها . فهو يقدر معنى الجماعة وما يتبعها من تعاون وطاعة . كما يقدر الميزة الفردية وقوى الأفراد ويضع الخطط المختلفة . وتمتاز هذه الألعاب بكثرة قوانينها وتباين أنواعها . ففيها ما يستخدم فيه اليدين ، وفيها ما يستخدم فيه القدمان أو كلاهما معا . كذلك فيها البسيط التمهيدى للألعاب الجمعية الكبيرة ، حتى تتمشى مع قدرة الطفل وميوله ، وتنوع وفقا لذلك ، وبذا تنمو عنده تدريجيا روح الجماعة وروح العمل لمصلحتها والانتصار لها والغيرة على نجاحها دون الحاجة إلى إشراف المدرس . وفي الوقت نفسه يكتسب مهارة الانتقال في الملعب ، والتحكم على الكرة ووضع الخطط لإصابة الهدف .

وقوانين هذه الألعاب ليست ثابتة ، بل يستطيع أن يغير فيها المدرس ويبدل وفقا لظروف الدرس . فمساحة الملعب تقل أو تزيد ، وعدد اللاعبين يزداد أو ينقص في الفريق ، وقواعد اللعبة تزداد تعقيدا أو بساطة .

الاستعداد للدرس :

إن إعداد الملاعب وتجهيز الأدوات من أهم وسائل التشويق للدروس . فالملاعب يجب أن يكون نظيفا خاليا من التراب والقاذورات والحصى والحجارة . وأن يتعهد بالرش كل يوم عقب الانتهاء من الدراسة . ويحسن أن يكون لدرس الألعاب مكان

خاص في فناء المدرسة ، يغطي بطبقة من الرمل النظيف الناعم أو يزرع بالحشيش الأخضر ، حتى يسهل الجلوس والرقود عليه ، ويمكن أن يرسم عليه بالجير مستطيل كبير يقسم إلى أربعة أقسام داخل كل قسم منها دائرة كبيرة حتى يسهل وضع فرق كثيرة في أقسامه واستخدامه لأكثر من لعبة واحدة .



(شكل ١)

أما الأدوات فالواجب أن تحرص المدرسة على أن يكون بها الكثير منها . ففضلا عن أنها تجعل التدريب سائرا بطريقة متدرجة فإنها تبعث التلاميذ على العمل ، وتثبت

فيهم الحماس له . و بعض هذه الأدوات رخيص الثمن تستطيع المدرسة أن تقوم بصنعه أو أن يعده التلاميذ في منازلهم . وأهم الأدوات المستخدمة هي :

الكمية المطلوبة للفصل
متوسط عدد تلاميذ ٣٢٥

٣٠	أكياس حب (طول الكيس ١٢ سم وعرضه ٨ سم وبداخله فول جاف أو حب الفاصوليا)
٦	مضارب خشبية (طول المضرب ٦٠ سم وسمكه ٤ سم × ٣ سم ليكون بيضاويا)
٦	مضارب خشبية مسطحة (طول يدها ١٢ سم وقطرها الدائري ٢٠ سم)
١٦	صوايح خشبية (طول الواحد ٧٠ سم وله قاعدة يرتكز عليها)
٨	قوائم خشبية (ارتفاع كل منها متر ونصف وعرض ٢٠ سم)
٤	كرات قدم
٤	كرات سلة
١٠	كرات إقماش (جوارب مستعملة محشوة بقطع من القماش ويحسن أن تغير هذه من آن لآخر ويستبدل بها جديد)
١٠	كرات تنس مستعملة
١٢	أطواق (قطر دائرة الطوق نصف متر تقريبا وسمك الإطار ١ سم)

شرائط ملونة (طول الشريط نحو متر ونصف محاك طرفاه بعضهما بعض حتى يلبسه التلميذ فوق كتف وتحت أبط الكتف الآخر)
(من كل لون) أزرق . أصفر . أحمر . أخضر

طريقة الجماعات :

المباراة سبيل رقى الجماعات . إذ أنها تبحث على شحذ القوى . وتشجع على المثابرة والعمل المتواصل . وتدفع إلى اهتمام الفرد ببيانه وصحته وازدياد قدرته ومضاعفة مجهوده الجثمانى والعقلى . وهى مقياس لعمله ومظهر لحواطفه .

ولذا وجب أن يدرّب الأطفال على المباراة منذ الصغر، فيعودوا اتقان ما يكلفون به من أعمال بسيطة ، ويلقنوا دأباً المبادئ العالية للعب من حيث حفظ النظام واحترام القانون والطاعة وضبط الشعور . والغرض من المباراة أن يبذل الفرد أقصى جهده لخدمة الجماعة وليس الكسب والتفوق فقط . وفى دروس الألعاب فرصة كبيرة لتدريب الطفل على الصفات التى يتطلبها المجتمع . فهى تنمى فيه الشعور بالواجب وتقدير المسؤولية ، وتعوّده العمل وسط الجماعة والتعاون وضبط النفس ، وتثبت فيه حب التقدم .

وطريقة المباراة أن يقسم المدرس تلاميذ فرقته إلى جماعات تتناسب فيها قوى التلاميذ وأعمارهم وأطوالهم ، ويميز كل جماعة باسم أو لون خاص حتى يشعر الطفل بانتمائه إليها واندماجه فيها .

وتحتاج هذه الطريقة إلى رئيس أو قائد ينتخبه كبار التلاميذ من بينهم . أما مع الصغار فيختاره المدرس بنفسه . ويشجع المدرس الصغار على سرعة التلبية والاستعداد للعمل وحفظ النظام . وتمنح الدرجات أو النقاط على ذلك ، حتى إذا ما انتقل للسن الكبيرة تمنح الدرجات على الروح الرياضية العالية وعلى المهارة والاتقان والسرعة ، حيث يكون لكل لاعب مكانه فى الملعب ودوره الخاص الذى يلعبه .

الشروط الصحية للألعاب :

تعوق الملابس العادية الطفل عن الحركة نظراً لثقلها وضيقها ، وتمنع عن جسمه الهواء ولذا يجب أن يكون لكل طفل ملابس خاصة بألعابه مكونة من حذاء من المطاط وقيص وبنطلون قصير ، وتكون هذه خفيفة واسعة سهلة الغسيل والتنظيف .

ويحسن أن يكون بالمدرسة، في مكان قريب من الملعب، دواليب كبيرة ذات عيون غطاؤها من السلك حتى يدخلها الهواء، ويخصص لكل تلميذ عين من هذه العيون يضع فيها ملابسها. وإذا ما تعود التلاميذ خلع ملابسهم العادية، ولبس ملابس الألعاب بنظام ثابت، فإن هذه العملية لا تستغرق أكثر من خمس دقائق في أول الدرس وخمس في نهايته وهي جدرة بالاعتبار لما فيها من تعويد التلميذ الحياة الصحية.

وتساعد بعض المدارس التلميذ على الاستحمام بالماء الفاتر ثم البارد لإزالة الأوساخ والعرق وتنشيط البشرة بعد الدرس. بينما ينقص البعض هذا الاستعداد الكامل فتستعيز عنه بغسل الأيدي والأوجه والأرجل قبل الرجوع لدرجة الدراسة. على أن يكون الاغتسال في الحالتين سريعاً حتى لا يتعرض التلميذ للبرد.

ويشترط في دروس الألعاب لصغار التلاميذ أن تكون قصيرة، يتراوح طولها بين عشرين وثلاثين دقيقة. أما للكبار فبين الأربعين والستين دقيقة. وأن يكون هناك ثلاثة دروس على الأقل في الأسبوع للمدارس الأولية والابتدائية ودرسان للمدارس الثانوية (عدا حصص التمرينات البدنية والسباحة).

كما يشترط ألا يكون الدرس عقب مدة اجتهاد عقلي طويلة، لأن ذلك ينهك القوى ويضعف الشوق للحركة. وألا يعطى الدرس والأطفال جوعاً. وأن تمر ساعتان على الأقل على آخر وجبة أكلها الطفل.

القسم الأول

العاب هادئة

ألعاب هادئة

١ — اشغل الفراغ

يجلس اللاعبون على كراسي موضوعة في شكل دائرة ، ويترك كرسى واحد غير مشغول ، وينتخب أى لاعب للوقوف في وسط الدائرة .

عند سماع الإشارة بالبداية يتحرك اللاعبون يمينا أو يسارا حسب الاتجاه المتفق عليه ، ويشغل كل كرسى واحداً بعد الآخر . ويحاول اللاعب الواقف في الوسط أن يسبقهم أثناء تحركهم جانبا للجلوس على الكرسى الخالى . وإذا تمكن من ذلك يأخذ مكانه في الوسط اللاعب الذى تسبب في ذلك بسبب بطئه في الانتقال من كرسيه للكرسى المجاور له .

٢ — الكرة الموسيقية

يجلس اللاعبون على كراسي في دائرة . وتعطى كرة قدم لأى لاعب منهم ليبدأ بها اللعب . ويستعمل حاكٍ لهذه اللعبة .

يدور الحاكى وتنتقل الكرة من يدي لاعب لآخر في الدائرة . ويقف المدرس الحاكى في أى وقت يشاء فيوقف بذلك نقل الكرة أيضا . واللاعب الذى تكون معه الكرة عند إيقاف الحاكى يعد خارجا . وتستمر اللعبة بدونها . وهكذا يخرج اللاعبون واحد بعد آخر حتى يتبقى لاعب واحد في النهاية فيكون هو الفائز .

ملاحظة :

إذا لم يوجد حاكٍ يستطيع المدرس أن يأمر بالبداية . فتتمر الكرة بين اللاعبين حتى يسمعون إشارته (بالتصفيق أو الصفير) . فيوقف اللعب توا ومن تكون معه الكرة يعد خارجا .

٣ — الأسئلة المضادة

يجلس اللاعبون في الفرقة مواجهين بعضهم بعضا في صفين ، كل لاعب وأمامه زميله . وينتخب لاعب منهم ليقف ويمر بين الصفين ، ويلقي سؤالا على لاعب ما بقصد أن يجيبه زميله في الصف المقابل . أى أن إجابة الأسئلة تكون من غير الموجه له السؤال . فإذا أجاب لاعب على سؤال موجه له مباشرة أو فشل زميله في الإجابة عليه فإنه يغير مكانه مع اللاعب المؤقت أو توقع عليه غرامة أو عقوبة . ويحسن أن يكون لاعب الوسط سريعا في أسئلته وأن ينوعها .

ويجوز أن توجه الأسئلة في المواد التي يدرسها التلاميذ كعواصم البلاد أو أسماء الجبال أو القواد .

٤ — ذيل الحمار

يجلس الأولاد على مقاعدهم . ويرسم المدرس على السبورة رسما تخطيطيا لحمار بدون ذيل ويختار ولد تغمي عيناه بمنديل ، وتعطى له قطعة من الورق طويلة أو من القماش ودبوس رسم . ويأمره المدرس بالنقدم لوضع ذيل الحمار . ثم يكرر ذلك مع عدة لاعبين بنفس الطريقة .

واللاعب الذي يضع الذيل في مكانه الحقيقي أو قريبا منه تعطى له جائزة .

٥ — ابحث عن الحلقة

اللاعبون :

يجلس اللاعبون في دائرة ممسكين خيطا أو حبالا طويلا معقودا من الطرفين وموضوعا فيه حلقة أو عجلة صغيرة مثقوبة أو قطعة نقود ذات ثقب . وينتخب لاعب منهم ليقف في وسط الدائرة .

طريقة اللعب :

يمر اللاعبون الحلقة بسرعة من لاعب لآخر خفية أى بدون أن يراىنا لاعب الوسط . ويحاول هو معرفة مكانها وخاصة لأن اللاعبين يجتهدون فى خداعه بتقريب أيديهم على الحيط من جهة لأخرى كأنهم ينقلون الحلقة من يد لأخرى أو من لاعب لآخر . فإذا عرف لاعب الوسط مكان الحلقة فإنه يضع يده توال على اليد المتسكة بالحلقة فإن نجح غير مكانه مع هذا اللاعب .

٦ - سباق درجة الكرة

اللاعبون :

يقسم التلاميذ إلى مجموعتين ، وتجلس كل مجموعة منهما على مقعد طويل أو يجلس كل تلميذ على كرسى فى صف واحد ، ويجلس الفريق الآخر بنفس الطريقة مواجهها الفريق الأول . ويمد الجميع أرجلهم أماما متلاصقة .

الأدوات :

كرة قدم أو كرة سلة لكل فريق .

طريقة اللعب :

توضع الكرة على رجل اللاعب الأول من كل فريق . وعند سماع الإشارة بالبداة تنقل الكرة على الأرجل من لاعب لآخر حتى تصل إلى آخر لاعب . ثم تعاد ثانية بنفس الطريقة حتى تصل الكرة إلى اللاعب الأول فيمسكها ويجرى بها إلى وسط الفرقة . والفريق الفائز هو الذى يتم الدورة فى نقل الكرة ذهابا وإيابا قبل الفريق الآخر .

شروط اللعب :

(١) لا يجوز مسك الكرة باليدين أثناء انتقالها على الرجلين .

(٢) إذا وقعت الكرة على الأرض فتعاد دحرجتها على الأرجل من أول الصف .

٧ — وحش . طير . أو سمك

يجلس اللاعبون في دائرة . ويقف أو يجلس لاعب منهم في وسط الدائرة ومعه كرة صغيرة من القماش أو كيس حب أو منديل معقود .

طريقة اللاعب :

يرمى لاعب الوسط الكرة أو المنديل على أى لاعب حول الدائرة مناديا بسرعة " وحش " أو " طير " أو " سمك " ويبدأ في العد من واحد إلى عشرة . وعلى الذى ضرب الكرة أو المنديل أن يذكر اسما للنوع المطلوب (لوحش أو طير أو سمك) قبل أن ينتهى لاعب الوسط من العد إلى عشرة ، وإذا فشل اللاعب في ذلك يغير مكانه مع لاعب الوسط وتعاد اللعبة . وإذا نجح اللاعب فإن الراعى يعيد اللعبة بضرب لاعب آخر . ولا يجوز تكرار اسم حيوان أو طائر أو سمك أكثر من مرة .

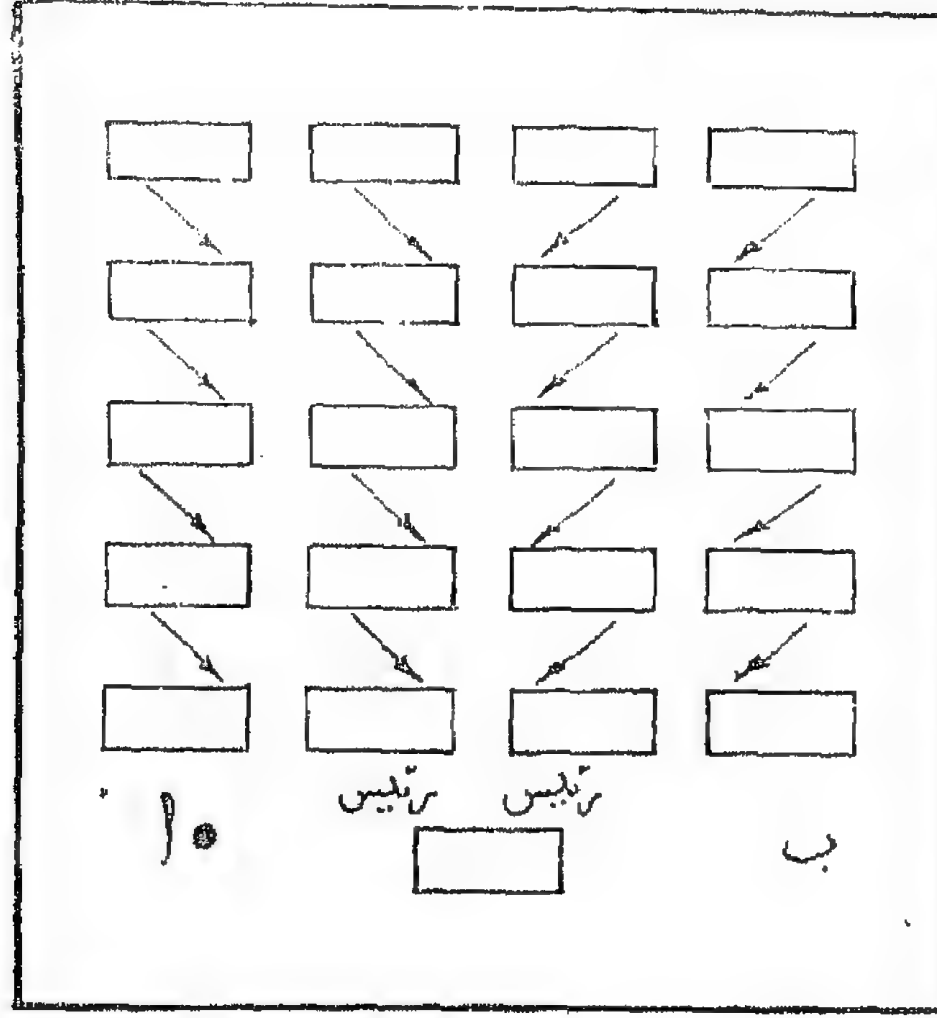
٨ — خي الشىء

يخرج أحد التلاميذ من الفصل . وفي أثناء غيابه يخفي الآخرون أى شىء معهم كمنديل أو خلافه يتفق عليه مع اللاعب قبل خروجه . ثم ينادى عليه ليدخل الفصل ويبدأ محاولته في معرفة مكان هذا الشىء الخبأ مستدلا بصوت التلاميذ . إذ بينما هو يبحث عن الشىء الخبأ يغنى أو ينشد الآخرون بصوت عال كلما اقترب من الشىء الخفى وبصوت خافت كلما ابتعد عنه .

٩ — " بم "

يجلس اللاعبون في دائرة . ويبدأ أحدهم العد " واحد " والذى يليه " اثنين " وهكذا حتى يصل إلى الرقم " سبعة " فلا يذكره اللاعب الذى عليه الدور بل ينطق بلفظة " بم " . ويستمر اللاعب النالى بذكر " ثمانية " وهكذا حتى يصل الرقم إلى مضاعفات " سبعة " كأربعة عشر وواحد وعشرين وثمانية وعشرين الخ ، أو أى عدد فيه رقم سبعة فيستبدل به لفظة " بم " . فإذا أخطأ لاعب بأن ذكر رقما بدلا من " بم " أو نادى برقم خطأ ، توقع عليه غرامة أو يخرج من اللعب . ويبدأ اللعب من جديد باللاعب النالى له .

١٠ - الأيدي لأعلى والأيدي لأسفل



(شكل ٢)

المكان :

حجرة الدراسة .

الأدوات :

كرة من الورق العادي أو المقوى صغيرة الحجم بحيث يمكن إخفاؤها في اليد وهي مقلعة .

اللاعبون :

فريقي متساويين في العدد ويجلس كل فريق في قاطرتين على المقاعد مواجهين بعضهما بعضا . ويقف رئيس كل فريق أمام فريقه .

طريقة اللعب :

يأخذ لاعب من أحد الفريقين الكرة في يده . وعند سماع الإشارة من رئيس الفريق المضاد بالبدء تمرر الكرة بسرعة من لاعب لآخر . ويحاول اللاعبون أن

يخضعوا الفريق المضاد بعمل تمريرات وهمية للكرة حتى لا يعرفون مكانها . بينما يحاول رئيس ولاعبو الفريق المضاد أن يتتبعوا سير الكرة بدون أن يتركوا مقاعدتهم . وبعد تمرير الكرة عدة مرات ينادى رئيس الفريق المضاد ثانية ” الأيدي عاليا ” وهنا يقف تمرير الكرة وترفع الأيدي عاليا فوق الرأس وهى مقفلة . ثم ينادى الرئيس ” الأيدي لأسفل ” فتزل الأيدي بخفة وتوضع على الأدراج أمام كل لاعب بحيث تكون الأيدي مواجهة لأسفل ومتباعدة . فيختار رئيس الفريق المضاد أحد لاعبيه ليعين مكان الكرة ولا يسمح لغيره بالكلام . وعلى اللاعب المختار أن يقول ” الكرة تحت يد فلان اليمنى أو اليسرى ” . فيرفع اللاعب المسمى يده اليسرى أو اليمنى . وإذا كان التخمين خطأ يضع يده فى جيبه ولا يسمح بالكلام بعد ذلك . وكذلك لا يحرك أى لاعب من فريقه يده . وإذا وجدت الكرة فى اليد المرفوعة فيأخذ الفريق المضاد عددا من النقاط مساويا لعدد الأيدي الموضوعة على الأدراج . وإذا فشل اللاعب فى أن يعرف مكان الكرة يعين رئيس الفريق المضاد لاعبا آخر من فريقه للبحث عنها . وهكذا حتى توجد الكرة فيأخذها الفريق المضاد . وتعاد اللعبة بنفس الطريقة .

والفريق الذى يحوز على ٣٠٠ نقطة يعد فائزا وإذا تكلم لاعب بدون إذن فإن فريقه يخسر ١٠ نقط .

١١ — القرون

يجلس التلاميذ على المقاعد ويضعون أيديهم على ركبهم أو على الأدراج . ويقف المدرس أو رئيس الفرقة ويسمى حيوانا ما بأن قرنيه لأعلى مشيرا بيديه ، كأن يقول ” قرنا البقرة لأعلى ” ويرفع أصابعه مشيرا على الاتجاه . فيقلده التلاميذ بأن يرفعوا أيديهم بنفس الطريقة .

أما إذا نادى على حيوان ليس له قرون كالقط أو الفأر مثلا رافعا يديه وقلبه أحد التلاميذ فإنه يعد خارجا .

١٢ — سباق الفول

الأدوات :

يوضع لكل فريق إناءان أحدهما على خط البداية والآخر عند خط النهاية .
ويوضع في الإناء الأول فول سودانى ويترك الإناء الآخر فارغا .

اللاعبون :

عدة فرق متساوية العدد . وعدد كل فريق من ٣ إلى ٥ لاعبين يقفون
في قاطرات كل لاعب خلف الآخر في ناحية من الغرفة . ويقف لاعبان في الناحية
الأخرى من الغرفة ليكونا حكيين . ويوضع حبل أو خيط بعرض الغرفة . رفة ينتهى
عنده اللاعبون .

طريقة اللعب :

عند بدء السباق يضع اللاعب الأول من كل فريق يده في الإناء الذى به الفول ،
ويغرف أكبر عدد ممكن منه على ظهر يده ، ويجرى للإناء الفارغ في الناحية الأخرى
من الغرفة ويضعه فيه . ثم يعود إلى خط البداية ويلمس اللاعب الثانى . فيكرر
هذا ما عمله اللاعب الأول تماما . وهكذا حتى يأخذ كل لاعب دوره .

وتنتهى اللعبة بفوز الفريق الذى يضع أكبر عدد من الفول في الإناء عند خط
النهاية . وإذا سقط بعض الفول على الأرض أثناء نقله على ظهر اليد أو سقط خارج
الإناء الفارغ فلا يسمح بالتقاطه ثانية .

١٣ — الإشارة بالعين

تحتاج هذه اللعبة إلى عدد فردى من اللاعبين . وتوضع كراسى في شكل دائرة
بعدد نصفهم . ويزاد عليها كرسي واحد للاعب الزائد .

ويجلس نصف اللاعبين على الكراسى ويقف خلف كل كرسي لاعب أيضا
ويسمى الحارس . ويواجه الجميع الداخل . ويقف اللاعب الزائد خلف كرسيه
أيضا ويترك هذا الكرسي غير مشغول .

طريقة اللعب :

يشير اللاعب الزائد بعينه لأي لاعب جالس على كرسى فى الدائرة . فيحاول الأخير ترك كرسية قبل أن يلمسه حارسه ويجلس على الكرسى الخالى ، ولا يجوز له الانتقال إذا لمسه حارسه .

شروط اللعب :

(١) لا يجوز للحارس وضع يديه على كتفى زميله طول الوقت بل تبقى اليدين موضوعتين جانبا .

(٢) لا يجوز للحارس الجرى حول الكرسى بل يجب عليه الوقوف خلف كرسية .

(٣) يجوز استعمال الرأس بدلا من العين فى الإشارة وذلك بثنى الرقبة أماما .

(٤) إذا تمكن لاعب جالس من الهروب والجلوس على الكرسى الخالى فيأخذ حارسه مكان اللاعب الزائد الأصلي ويستمر اللعب .

١٤ — من البادئ ؟

يجلس التلاميذ فى دائرة ، ويشرح المدرس اللعبة قائلا : ان أحد التلاميذ ويسمى ” الماسك ” سيخرج من الدائرة ، ويقف بعيدا موليا ظهره للفصل . ثم يبدأ أحد الجالسين حركة ما بيديه أو قدميه ، كالتصفيق فالضرب باليدين على الفخذين ثم الضرب بالقدمين على الأرض وما شابه ذلك من الحركات البسيطة . فيقلده باقى التلاميذ توا خلسة أى دون الالتفات إليه . ثم يأتى ” الماسك ” ويحاول معرفة التلميذ المتفق عليه لبدأ الحركات . فإذا عرفه حل محله وخرج الثانى وهكذا .

ثم يبدأ اللعب بإخراج تلميذ ، ويتفقدون بعد ابتعاده على بادئ الحركات ويقبلونه . ثم يضرب المسك ويقف داخل الدائرة ، ويحاول معرفة بادئ الحركات في أثناء قيام كل الفصل بالحركات . وعلى البادئ أن يتنهر فرصة عدم التفات المسك إليه ويغير الحركة .

وتتجج اللعبة إذا غير البادئ حركته بسرعة من آن لآخر ، وإذا لم يوجه التلاميذ نظرهم إليه مباشرة .

١٥ — أمسك العصا

يجلس التلاميذ في دائرة . ويقف اثنان منهم في وسطها على بعد مترين من بعضهما ، ويمسك كل منهما عصا عموديا ، بحيث يكون طرفها الأسفل مستندا على الأرض . وعندما يبدأ المدرس اللعب بالصفارة ، يترك كل منهما عصاه مستقيمة ، ويجري بسرعة نحو العصا المقابلة لمسكها قبل أن تقع على الأرض ، فإذا فشل أحدهما في مسك عصا الثاني ووقعت على الأرض قبل وصوله لها ، عد مغلوبا وحل محله غيره من الجالسين .

١٦ — حديقة الحيوان

يختار المدرس أسماء بضع حيوانات وطيور ، ويأتي بقطع صغيرة من الورق ، يكتب على كل قطعة منها اسم حيوان أو طائر ، ويكتب على ورقة ثانية اسم أليف هذا الحيوان أو الطائر . فمثلا يكتب على ورقة ” دجاجة ” وعلى أخرى ” ديك ” وعلى ورقة ” ثور ” وأخرى ” بقرة ” وهكذا . ثم يملط الأوراق ويوزعها على التلاميذ بدون ترتيب ، وبشرط ألا يذكر أى واحد منهم الاسم المكتوب في ورقته . وعند بدء اللعب بالصفارة يقلد كل تلميذ صوت الحيوان أو الطائر الذى بيده ، ويحاول معرفة أليفه من بين الأصوات . وهكذا يحدث التلاميذ أصوات الحيوانات والطيور حتى يتعرف كل على أليفه .

١٧ — المدرّس يقول

يجلس أو يقف التلاميذ في قاطرات . ويقف المدرّس أمامهم ، وينادى عليهم بعض النداءات للقيام بتمرينات أو حركات مختلفة في أماكنهم . ويطلب من التلاميذ أداء هذه الحركات إذا ذكر العبارة ” المدرس يقول ” قبل النداء على التمرين أو الحركة . فمثلا ينادى عليهم ” المدرس يقول الذراعان ثنى ” فيؤدي التلاميذ حركة ثنى الذراعين . أما إذا نادى عليهم ” الذراعان أسفل مد ” بدون ذكر عبارة ” المدرس يقول ” فيبقى التلاميذ بدون حركة . وهكذا يستمر المدرس في إلقاء أوامر يذكر في بعضها العبارة المصطلحة ويحذفها في البعض الآخر .

والتلميذ الذي يؤدي حركة في غير مناسبة بعد خارجا وتستمر اللعبة .

١٨ — الأمثال

يجلس التلاميذ في دائرة . ويشرح المدرس اللعبة قائلا أنه سيخرج واحد منهم بعيدا . ويُختار مثل من الأمثال المعروفة ، ويقسم الفصل إلى أقسام بعدد الكلمات الموجودة في المثل . ثم يحضر التلميذ . وعندما يصفر المدرس يذكر كل تلميذ في القسم الكلمة التي من نصيبه بصوت عال ، وبحيث يقول الفصل كله دفعة واحدة الكلمات التي تحوى المثل . وعلى التلميذ معرفة المثل المختار .

ويبدأ اللعب بإخراج تلميذ . ويتفق المدرس مع الفصل على مثل من الأمثال مثل ” من جد وجد ” فيقسم الفصل إلى ثلاثة أقسام : القسم الأول يذكر كلمة ” من ” ، والقسم الثاني كلمة ” جد ” ، والثالث ” وجد ” . وينادى على التلميذ بالحضور . ثم يصفر المدرس فينادى التلاميذ بكلماتهم دفعة واحدة . فإن نجح التلميذ في معرفة المثل ، صفق له الباقيون ، وخرج آخر بدلا منه . وإن فشل صفر المدرس ثانية حتى ينادى الفصل ثانية وهكذا . وبعد فاشلا بعد ثلاث محاولات .

١٩ - نمرة التليفون

يختار المدرس عشرين تلميذا أو أقل . ويقسمهم فريقين بالتساوى - الفريق الأحمر والفريق الأزرق - ويعطى كل تلميذ في الفريق ورقة مكتوب عليها رقم من الأرقام ، من صفر إلى تسعة ، وبالمثل في الفريق الآخر . ثم يقف الفريقان متقابلين بترتيب الأرقام :

٠ ١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧ ٨ ٩

٠ ١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧ ٨ ٩

وعند ما ينادى المدرس نمرة التليفون ، يخرج كل تلميذ نودى رقمه ، ويضع نفسه بحيث يكون ترتيب التلاميذ مشابها لترتيب أرقام النمرة ، والفريق الذى يكون النمرة أولا يعد فائزا .

مثال ذلك : ينادى المدرس " أريد نمرة ٦١٥٩٣ " فيخرج كل رقم بسرعة من الفريقين ، ويقف بحيث تقرأ الأرقام متراصة كنمرة التليفون . ويقف الباقيون من الفريقين بعيدا .

٢٠ - البائع المتجول

يجلس التلاميذ فى أربعة صفوف . ويختار المدرس تلميذين أحدهما "البائع" والثانى يمثل الحيوانات أو الطيور التى يبيعها . ويتفق البائع وزميله سرا على الصف الذى سيبيع . ثم يسيران بين الصفوف ويقفان أمام أحد التلاميذ . ثم يسأل البائع : "هل تريد أن تشتري خروفا" وهنا يقلد التلميذ الذى يمثل الحيوان صوت الحروف ، فاذا ضحك الشارى أو ابتسم عد مغلوبا ، وحل محل الحيوان . ويتفقان من جديد على حيوان آخر أو طير . وتستمر اللعبة بنفس الطريقة . أما إذا لم يبتسم الشارى أو يضحك فإن البائع يساومه فى الثمن ، ويصف له محاسنه ، حتى يبتسم . فإن لم يفعل ذلك وكانت إجاباته كلها جدية صفق له الجميع وأخذ مكان البائع .

٢١ — أنا !!

يجلس التلاميذ في دائرة . ويخرج أحدهم ليمشي حولها ، ثم يقف أمام تلميذ يختاره ، ويسأله : ” هل رأيت صاحبي “ فيجيب الثاني : لا أدري من هو — صفه . فيقول الأول : ” يلبس صاحبي سترة رمادية ورباط رقبة أزرق “ وهي أوصاف أحد التلاميذ الجالسين . وهنا يقف صاحب هذه الأشياء توا مناديا ” أنا “ فيرد التلميذ ” تشرفنا “ . أما إذا لم يعرف نفسه في الحال احتسبت ضده نقطة . وينتقل السائل لآخر ، ويصف تلميذا بأوصاف غير الأولى مثل ” صاحبي قصير ، ولونه أسمر ، وبجيبه الحار جي قلم ، أو يلبس صاحبي سروالا طويلا أسود اللون ، وحذاء أسود لامعا ، وعلى يمينه زميل يلبس حذاء بني اللون “ . وهكذا .

٢٢ — القطار

يسمى المدرس كل تلميذ في الفصل باسم بلدة كبيرة أو عاصمة في القطر المصري . ثم يقول : سيغادر قطار القاهرة إلى بلدة الإسكندرية . فعلى ركاب كل مدينة يمر بها التقدم أماما بترتيب المحطات . وهنا يتقدم التلميذ المسمى ” بنها “ ويقف بعده ” طنطا “ ثم ” كفر الزيات “ وهكذا وإذا تأخر تلميذ أو وقف في مكان غير مكانه احتسبت ضده نقطة . وتستمر اللعبة بتغيير اتجاه القطارات .

٢٣ — الجهات الأصلية والفرعية

يقسم المدرس الفصل إلى ثمان جماعات . ويعطى لكل جماعة اسم جهة من الجهات الأصلية أو الفرعية . فتكون أحداها الشمال وأخرى الجنوب وثالثة الشمال الشرقي وهكذا . ثم يقص المدرس على تلاميذه قصة تحوى الجهات كلها ، وفي كل مرة يذكر اسم جهة تقف الجماعة المسماة بها في قاطرة ، وتتجه نحو الجهة المذكورة على الطبيعة . فمثلا يقول المدرس : ترك لي والدي قطعة كبيرة من الأرض ، تطل على شارعين أحدهما في الجهة الشمالية (فتقف جماعة الشمال وتتجه

نحو الشمال) . والثانى فى الجهة الشرقية (فتقف جماعة الشرق وتجه نحو) . وأردت أن أبى عليها بيتا خاليا من جهاته الأربعة الأصلية (فتقف جماعات الشمال والجنوب والشرق والغرب وتجه فى اتجاهاتها) ويستمر فى القصة معطيا مواقع الغرف المختلفة . فاذا تأخرت جماعة عن الوقوف ، أو أخطأت فى الاتجاه ، احتسبت ضدها نقطة .

٢٤ — سباق علبة الثقاب

يقسم الفصل إلى فريقين متساويين وتقف كل فرقة فى قاطرة أو صف . ثم يعطى لكل دليل غطاء علبة ثقاب ليضع أنفه داخلها . وعند ابتداء اللعب يحاول الدليل ادخال الغطاء فى أنف اللاعب الذى يليه دون لمس الغطاء باليد . مطلقا وهكذا من لاعب لآخر .

والفريق الذى ينتهى أولا يعد فائزا .

القسم الثاني

العاب بسيطة

اللعاب بسيطة

٢٥ — هنا وهناك وفي كل مكان

يجرى الأولاد في أى مكان بالمعب . وعند سماع صمارة المدرس يقف كل ولد في مكانه .

وعند ما يثير المدرس بإصبعه إلى ناحية ما يجرى الأولاد جميعهم إليها . وهكذا يتبعون أصبعه طوال الوقت وإذا أشار لأعلى يقفون ولأسفل يجلسون .
وللتغيير في اللعبة يمكن عكسها بحيث إذا أشار المدرس ل ناحية ما يجرى الأولاد لل ناحية المضادة وإذا أشار لأعلى يجلسون ولأسفل يقفون .

٢٦ — الحيوانات

اللاعبون :

أربع فرق عدد كل منها من ٥ إلى ١٠ لاعبين يجلسون على الأرض ويعطى لكل فريق اسم مثل الأسد والنمر

طريقة اللعب :

عند ما ينادى المدرس اسم فريق يقف اللاعبون بسرعة ويجرون حول المعب متلدين صوت الحيوان الذى يمثلونه . وعند ما ينادى اسم فريق آخر يجلس الفريق الأول ويقف الثانى وهكذا .

٢٧ — اتبع الدليل

اللاعبون :

من ١٠ إلى ٣٠ لاعبا . وينتخب لاعب ماهر منهم ليكون دليلا ويقف الجميع خلف الدليل فى قاطرة .

طريقة اللعب :

يقلد اللاعبون الاليل في كل شيء يعمله ، ويحاول الاليل أن يحرك القاطرة طوال الوقت . ويجب عليه أن يقوم بعمل تمرينات أو حركات صعبة كالتمساق والقفز فوق وتحت والوثب لابس أشياء عالية والوثب المعتاد والمشي خلفا والدوران كاملا أثناء المشي . وإذا فشل أى لاعب في تقليد الاليل في الحركات التى يقوم بها يخرج من اللعب ، ويقف خلف خط في ناحية من الملعب وتوقع عليه غرامة في نهاية اللعبة .

٢٨ — الأزهار والريج

يقسم التلاميذ أنفسهم إلى فريقين متساويين ، لكل منهما قسم خاص من الملعب وبينهما منطقة حياد . ويمثل أحد الفريقين الأزهار والآخر الريج .

وعند بدء اللعب يتفق الفريق الممثل للأزهار سرا على نوع منها كالورد أو الفل أو الياسمين ثم يتقدمون للأمام قريبا من مكان الريج . وفي نفس الوقت يقف اللاعبون الآخرون في صف على استعداد للجري ويخمنون اسم الزهرة المختارة وعند ما يسمع الأزهار الاسم المعنى الذى اختاروه يعودون جريا بقسمهم ويطاردتهم الآخرون . وكل لاعب يمسك بالريج يعتبر أسيرا وينضم لفريق الريج . ويكرر الباقيون اللعبة ثانية متخذين اسم زهرة أخرى .

٢٩ — هل رأيت صاحبي ؟

يقف اللاعبون في دائرة ما عدا واحدا يمشى حولها من الخارج ثم يلبس لاعبا يختاره ويسأله : هل رأيت صاحبي ؟ فيجيب اللاعب : ماذا يلبس ؟ فيصف الأول ملابس لاعب من الواقفين في الدائرة " يلبس بدلة سوداء ورباط رقبة أحمر وحذاء أسود) ، وعلى المسئول أن يسمى اللاعب الذى ينطبق عليه الوصف ويطارده حول الدائرة ، ولذلك يجب أن يكون كل لاعب متيقظا حتى يعرف وصف ملابس توالأ أنه بعد تسميته عليه أن يجرى مباشرة حول الدائرة محاولا أن يعود لمكانه قبل أن يلمسه اللاعب المسئول ، فإذا لمس قبل عودته يصبح سائلا ويقف اللاعبان الآخران في الدائرة .

٣٠ — الدوائر الموسيقية

الملعب :

دائرتان متداخلتان قطر الكبرى ٨ متر والصغرى ٧ متر .

اللاعبون :

يبلغ عدد اللاعبين من ٢٠ إلى ٣٠ لاعبا يقفون على محيطى الدائرتين بحيث يزيد عدد اللاعبين على محيط الدائرة الخارجة على عدد اللاعبين على محيط الدائرة الداخلة بواحد .

طريقة اللعب :

يقف اللاعبون فى الدائرة الداخلة متباعدين بمسافة قدرها متر بين اللاعب وجاره . وعند إشارة المدرس بالبداية يجرى لاعبو الدائرة الخارجة على محيطها فى اتجاه واحد ، وعند ما يعطى المدرس الإشارة يقف اللاعبون ، ويحاول كل لاعب فى هذه الدائرة أن يجد مكانا خلف لاعب من الدائرة الداخلة ، واللاعب الزائد الذى لم يجد له زميلا يقف خلفه تحتسب ضده نقطة ، ثم تعاد اللعبة مرات بنفس الطريقة .

ويمكن أن تعمل اللعبة مع الموسيقى ؛ وذلك بأن يبدأ جرى الأولاد فى الدائرة الخارجة مع بدء الموسيقى ، وعند إيقاف الموسيقى يبحث كل لاعب عن زميل يقف خلفه ، وفى هذه الحالة يستطيع المدرس جعل دور الموسيقى قصيرا أو طويلا . كذلك يمكن السماح للدائرة الداخلة بالجرى فى اتجاه عكسى ، وعند إيقاف الموسيقى يقف كل واحد مكانه ويضع ذراعه فى ذراع زميل فى الدائرة الأخرى .

٣١ — حريق فوق الجبل

الملعب :

دائرتان متداخلتان نصف قطر الصغرى ٥ متر والكبرى ٦ متر تقريبا .

اللاعبون :

يقف اللاعبون مثنى مثنى على الدائرتين ، وبين كل زوجين مسافة ثلاثة أمتار تقريبا ، ويقف لاعب فى الوسط .

طريقة اللعب :

ينادى اللاعب الأوسط : ”هناك حريق على الجبل“ اجر ! اجر ! اجر ! وعند سماع آخر نداء يدور اللاعبون الذين على الدائرة الخارجة يمينا أو يسارا ، ويمحرون حول الدائرة الداخلة حتى ينادى اللاعب ” أطفئ الحريق “ فيحاول كل واحد منهم ومعهم لاعب الوسط أن يجد زميلا له ، واللاعب الذى لا ينجح فى إيجاد زميل يدخل وسط الدائرة وتبدأ اللعبة من جديد .

شروط اللعب :

- (١) لا يجوز للاعبين دخول الدائرة الداخلة بل يكون جريهم حولها .
- (٢) يغير اللاعبون الذين فى الدائرة الداخلة مع اللاعبين فى الدائرة الخارجة من آن لآخر عند ما تتكرر اللعبة .

٣٢ — الخيالة والخييل

الملعب :

دائرة نصف قطرها ١٠ متر .

اللاعبون :

فريقان : فريق منهما يمثل ”الخيالة“ والفريق الثانى يمثل ”الخييل“ ويقفون حول الدائرة مثنى مثنى بحيث يكون كل لاعبين متساويين فى الحجم تقريبا .

طريقة اللعب :

عند سماع الأمر ”الخيالة استعد“ يقفز كل خيال فوق ظهر زميله ”الحصان“ وعند سماع الصفارة يتزل كل ”خيال“ بسرعة ويمحى حول الدائرة فى الاتجاه الذى يعينه المدرس . وعند اعطاء الأمر ”خيالة استعد“ يحاول كل أن يجد ”حصانا“ ويقفز فوق ظهره ، والولد الأول الذى يركب فوق زميله يعد فائزا وتحسب له نقطة ، ثم تغير الأماكن فى الدائرتين وتستمر اللعبة .

٣٣ — سباق العدد

اللاعبون :

يقف اللاعبون في عدة فرق متساوية في قاطرات موازية بعضها بعضا، وتعطى أرقام سلسلة للاعبين في القاطرات من المقدمة إلى المؤخرة .

طريقة اللعب :

عند ما ينادى المدرس أى رقم يجرى اللاعبون الذين يحملون هذا الرقم في كل قاطرة للأمام حتى يصلوا المقدمة ويلفون حول اللاعب الأول، ثم حول القاطرة، كلها ثم يعودون إلى مكانهم الأصلي، ويحصل فريق اللاعب الذى يصل أولا على نقطة . والفريق الذى يحوز على أكبر عدد من النقاط يعد فائزا .

٣٤ — واحد واثنين

الملعب :

دائرة نصف قطرها ٨ متر

اللاعبون :

من ١٥ إلى ٢٠ لاعبا يقفون على محيط الدائرة مواجهين للداخل . ويقف لاعبان خارج هذه الدائرة أحدهما مطارد والآخر هارب .

طريقة اللعب :

عند الإشارة بالبداية يجرى المطارد خلف الهارب للسهة ويحاول الأخير الهرب بالجرى والمراوغة حول الدائرة أو داخلها حتى إذا ما وجد أنه سيمسك يقف أمام أى لاعب في الدائرة . فإذا تمكن الهارب من ذلك يصبح هذا اللاعب الأخير هاربا، ويمجرى كما فعل الهارب الأول محاولا أن يجد مكانا له قبل أن يلمسه المطارد . أما إذا لمس الهارب قبل أن يتخذ مكانا له في الدائرة يصبح مطاردا . والمطارد الأصلي يقف أمام أى لاعب في الدائرة .

٣٥ — أدر ظهرك

الملعب :

دائرتان متداخلتان نصف قطر الكبرى ٨ متر والصغرى ٧ متر تقريبا .

اللاعبون :

يبلغ عدد اللاعبين من ٢٠ إلى ٣٠ لاعباً يقفون على محيطى الدائرتين أزواجا مواجهين بعضهم بعضا وممسكين بأيديهم ممتدة على طول الذراعين ، وعلى مسافة من ٣ إلى ٦ خطوات بين كل زوج . وتسمى المسافة التى بين اللاعبين وهما ممسكين بأيديهما "قاعدة الأمان" .

ويقف لاعبان خارج الدائرة أحدهما مطارد والآخر هارب .

طريقة اللعب :

يجرى المطارد خلف الهارب محاولا لمسه قبل أن يدخل بين يدي لاعبين ، حتى إذا مادخل بين اللاعبين وأعطى ظهره لأحدهما يصير هذا اللاعب الأخير هاربا ويأخذ الهارب الأول مكانه فى الدائرة . كذلك يستطيع الهارب عند وصوله قاعدة الأمان أن يضلل المطارد بأن يقف بين اللاعبين موليا جانبيه لهما حتى يبقى المطارد متحيرا فى أيهما سيكون الهارب ثم يدير ظهره بسرعة لأحد اللاعبين . أما إذا لمس الهارب قبل الوصول إلى الأمان يصير مطاردا .

٣٦ — القط

الملعب :

دائرة نصف قطرها ٥ متر .

اللاعبون :

يقف اللاعبون كلهم على محيط الدائرة ويرفع كل منهم ذراعا للأمام بحيث تكون الكف للأعلى ، ماعدا لاعبا واحدا يقف فى الدائرة .

طريقة اللعب :

عند الإشارة يحاول لاعب الدائرة الضرب على يد أحد اللاعبين الواقفين على محيط الدائرة بينما يعمل هؤلاء على إنزال أيديهم بسرعة إذا توقعوا ضربة من اللاعب .

شروط اللعب :

(١) يجرى اللاعب بسرعة داخل الدائرة ويضرب باليد اليسرى أو اليمنى ويرaug اللاعبين حتى يتمكن من ضرب يد لاعب غير حذر .

(٢) يقلد لاعب الوسط القط في صوته ” نو “ ، وينادى اللاعبون عليه ” بس . بس “ .

(٣) ترفع الذراع ثانية بعد إنزالها مباشرة .

(٤) يمكن إدخال أكثر من لاعب داخل الدائرة .

(٥) تعمل عدة دوائر إذا كان العدد كبيرا .

طريقة أخرى :

يقف اللاعبون في صفين متواجهين بينهما مسافة قدرها متر تقريبا ويرفعون ذراعا أماما بعلو الكتف .

وينتخب أحد اللاعبين ” القط “ فيثنى رأسه لأسفل ويخنى ظهره حتى يكون نظره للأرض ويمشى ببطء بين الصفين .

ثم يحاول أى لاعب من الصفين لمسه على كتفه أثناء سروره ، فإذا أمكنه أن يعرف هذا اللاعب فإنه يغير معه وتستمر اللعبة .

٣٧ — مطاردة الحيوان

يرسم مربعان كبيران على طرفي الملعب ليمثلا "الحظائر" ويقف "الصياد" على جانب منهما. ويقف باقي اللاعبين في داخل "الحظيرة" القريبة منه. ويعطى لكل اسم حيوان (قد تتكرر الأسماء إذا كان العدد كبيرا) ثم ينادى الصياد اسم نوع من الحيوان يختاره فيجري اللاعبون الذين يحملون هذا الاسم من حظيرة لأخرى. ويحاول الصياد مسك أحدهم قبل الوصول فإن أفلح أخذ اللاعب المسوك مكانه.

٣٨ — كرمب وكرات

الملعب :

خطان متوازيان بعرض الملعب بينهما مسافة ١٥ مترا .

اللاعبون :

يجلس اللاعبون في منتصف الملعب بين الخطين في صفين ظهرا لظهر والمسافة بينهما مترونصف تقريبا ، ويسمى أحد الصفين "كرمب" والآخر "كرات".

طريقة اللعب :

ينادى المدرس أحد الإسمين ، ويجرد ذكره يجرى اللاعبون في الصف المسمى بهذا الاسم أماما ويطاردهم لاعبو الصف الآخر محاولين لمسهم .

شروط اللعب :

- (١) على المدرس أن يطيل في الحرفين الأولين حتى يفاجئ التلاميذ بالإسم .
- (٢) إذا لمس لاعب من الفريق الذي نودى على إسمه قبل وصوله حدود الملعب يضم للفريق الآخر ويصير منهم .
- (٣) بعد عدد خاص من المرات يعد اللاعبون المأسورون في كل فريق ، والفريق الذي عدده أكبر يعد فائزا .

٣٩ — الصيادون والسمك

الملعب :

خطان متوازيان يرسمان في نهايتي الملعب بعرضه

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكون من ١٠ إلى ٢٠ لاعبا ، ويقف كل فريق خلف خط مرسوم في نهاية الملعب ، ويمثل أحد الفريقين "الشبكة" وذلك بوضع اللاعبين أيديهم في أيدي بعض . ويمثل الفريق الآخر "السمك" .

طريقة اللعب :

عند اعطاء الإشارة بالبداية يتقدم كلا الفريقين أماما . ويحاول السمك عبور البحر (الملعب) للضفة الأخرى دون أن يقع في (الشبكة) وذلك بالهروب من الشبكة عند نهايتها .

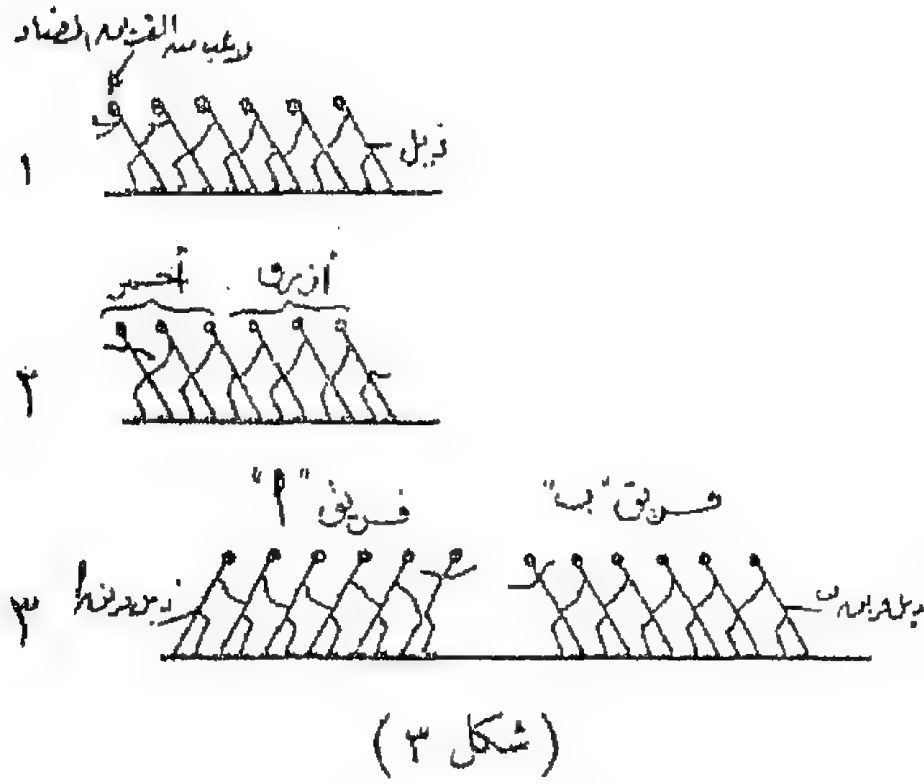
ويجب أن تلف الشبكة حول السمك الذي يقع داخلها . وإذا وقع سمك داخل الشبكة فلا يحاول المرور من الأيدي المكوّنة للشبكة للخروج ، ولكنه يحاول الهروب من الفتحة التي تضم النهايتين . وإذا قطعت الشبكة في أي مكان منها بفك الأيدي فيمكن للسمك جميعه أن يهرب ويعود اللاعبون إلى خطهم الأول ثانية . وتبدأ اللعبة من جديد .

وإذا وقعت سمكة في الشبكة فتبقى خارج اللعب طول الوقت حتى يمسك الآخرون ، وعند وقوع السمك جميعه في الشبكة يغير الفريقان ، ويصير فريق السمك شباكا والشباك سمكا .

٤ - المصيدة

يقف اللاعبون في دائرتين كبيرتين متداخلتين، ويمسك التلاميذ في الدائرة الداخلة الأيدي ممثلين "المصيدة". ويقف اللاعبون الآخرون في دائرة خارجية بعيدا عن الداخلة. وعند الإشارة تبدأ الدائرتان في التحرك في اتجاهين مضادين حتى ينادى المدرس "قف" وعندها يرفع لاعب المصيدة الأيدي عاليا ويجري الفيران للداخل وحول المصيدة ثم خارجا. ثم ينادى المدرس فجأة "امسك" فتقف المصيدة بسرعة بخفض الذراعين وبذا يمسك بعض اللاعبين فينضمون للاعب المصيدة. ويتكرر اللعب لاصطياد كل الفيران.

١ - أمسك الذيل



اللاعبون :

فريقان أو أكثر عدد كل منها من ٥ إلى ٨ لاعبين يقفون في قاطرات ويكون الدليل في كل فريق تابعا لفريق آخر، ويربط مندبل أو قطعة حبل في ظهر اللاعب الأخير لتمثل "الذيل".

طريقة اللعب :

يحاول الدليل في كل قاطرة خطف "الذيل" الموجود مع آخر لاعب خلفه، بينما يتحرك اللاعبون في القاطرة جانبا لمنعهم. والدليل الذي يخطف الذيل أولا يعد فريقه فائزا.

وهناك طريقة أخرى لهذه اللعبة كما في الشكل (٣) :

فريقان واقفان في قاطرتين متقابلتين. ولكل فريق ذيل معلق في ظهر اللاعب في المؤخرة . وفي بدء اللعبة يواجه دليل كل قاطرة الدليل الآخر . ويحاول دليل كل فريق خطف "ذيل" الفريق الآخر .

٣ - الصياد وكلابه

الملعب :

خطان مرسومان على طرفي الملعب طول كل منهما ٦ أمتار تقريبا ويبعد بعضهما عن بعض ١٥ مترا تقريبا .

اللاعبون :

يبلغ عدد اللاعبين نحو عشرين تلميذا يقفون على خط واحد في ناحية من الملعب . وينتخب لاعب يمثل الصياد ويقف في منتصف المسافة بين الخطين .

طريقة اللعب :

عند سماع الصفارة يجري اللاعبون للوصول إلى الخط المضاد في الناحية الأخرى ويحاول الصياد لمس أكبر عدد منهم قبل الوصول للخط ومن يلمس يعد "كلبا". للصياد . وعندما يبدأ اللعب ثانية يحاول "الكلاب" لمس اللاعبين حتى يصل الصياد ويلمسهم ، ومن لمس منهم ينضم لفريق الكلاب وهكذا .

شروط اللعب :

(١) ألا يكون المسك من الملابس وإنما من اليد فقط .

(٢) لا يسمح لأكثر من "كلب" لمسك لاعب .

(٣) تنتهي اللعبة عندما يصبح الجميع "كلابا" .

٤٣ — اللصوص والجنود

اللاعبون :

من ١٠ إلى ٥٠ لاعبا ينقسمون إلى فريقين بنسبة ١ : ٥ أى ١٠ لصوص و ٥٠ جنديا ، وينتخب رئيس للصوص وقائد للجنود لإعطائهم التعليمات وغيرها . ويقف الجنود فى مكان فى الملعب يمثل قلعة أو سجنًا حتى يعطى القائد الأمر لهم بالبدء بالبحث عن اللصوص .

طريقة اللعب :

يختفى اللصوص فى أى مكان فى الملعب بتسلقهم الأشجار أو وراء حائط أو شجرة أو خلفها ، وعند اختفائهم جميعا يعطى قائد الجنود الأمر لفرقة بالبحث عن اللصوص والعودة بهم إلى السجن .

شروط اللعب :

(١) إذا قبض على لص فيمكنه أن يقاوم الجنود محاولا الهروب مرة ثانية . ومثل هذه المقاومة تحتاج لعدد كبير من الجنود للتغلب عليها .

(٢) يُختار حارس أو أكثر لحراسة السجن . ويمكن اللصوص أن يهربوا فى أى وقت إذا غافلوا الحارس أو قاوموه بشدة .

(٣) يحاول الجنود عند القبض على اللصوص عمل شبكة منهم حول اللصوص حتى تسهل المحافظة عليهم .

(٤) تنتهى اللعبة بالقبض على جميع اللصوص وسجنهم .

(٥) يستعمل الجنود الصفارة فى هذه اللعبة لإعطاء الإشارات عند طلب المساعدة .

٤٤ — ناد اسمه

يقف اللاعبون في دائرة ويقف لاعب وعيناه معصوبتان بتدليل وفي يده عصا .
وعند ما يبدأ اللعب يجرى اللاعبون حول اللاعب حتى يضرب الأرض بعصاه
ثلاث مرات فيقفون في أماكنهم ، وعندئذ يشير اللاعب الأوسط على أحدهم بعصاه
فيمسك بطرفها ثم يأمره الأول أن يقلد حيوانا معيناً مثل القط أو الكلب أو البقرة .
وعند سماع هذا الصوت يحاول اللاعب معرفة اسم الشخص ، فإذا نجح أخذ
اللاعب مكانه . وإن لم يفلح تكررت اللعبة من جديد .

٤٥ — ملك الدائرة

الملاعب :

دائرة أو عدة دوائر (حسب عدد اللاعبين) نصف قطر كل ٤ متر بحيث تسع
كل عشر لاعبين .

طريقة اللعب :

يقف كل ولد داخل الدائرة على رجل واحدة ويشبك يديه خلف ظهره ، وعند
سماع الإشارة ينجل كل الأولاد ويحاولون دفع بعضهم خارج الدائرة . ويمكن
تغيير الأقدام ، ولكن إذا نزل لاعب على قدميه أو تخطى الدائرة يعدّ خارجاً .
والدفع بالذراع غير مسموح . واللاعب الذي يتبقى في الدائرة يسمى ملك الدائرة .

٤٦ — سباق القوة

الملعب :

خط مرسوم بطول الملعب .

اللاعبون :

فريقان يقفان وجها لوجه في صفين على الخط وبينهما مسافة قدرها ٧٥ سم
تقريباً .

طريقة اللعب :

يرفع كل لاعب الرجل اليسرى (أو اليمنى) عن الأرض خلفا ، ويضع الإبهام الأيسر (أو الأيمن) على إبهام اللاعب المضاد .

وعند سماع الإشارة بالبداية يحاول كل لاعب الضغط والدفع بالإبهام ليختل توازن اللاعب المضاد ويضع قدميه معا على الأرض ، واللاعبون الذين ينزلون بأقدامهم على الأرض يعدّون مغلوبين ويخرجون من اللعب .

والفريق الذى يبقى معظم لاعبيه فى الملعب يعدّ فائزا .

شروط اللعب :

- (١) يحسن أن يكون وقوف التلاميذ حسب طولهم وقوتهم ووزنهم .
- (٢) يحسن الاستمرار فى اللعبة بإدخال هازمى فريق ضد هازمى الفريق الآخر .

٤٧ — الأسد فى المضمار

الملعب :

ثلاث أو أربع دوائر نصف قطر كل منها ٣ أمتار .

اللاعبون :

ثلاث أو أربع فرق تقف كل منها حول دائرة . ويرسل كل فريق أمهر وأقدر لاعب به (ويسمى الأسد) ليقف فى وسط الدائرة الخاصة بالفريق المضاد ، فالفريق الأصفر يرسل أسدا للفريق الأزرق ، وهذا الأخير يرسل واحدا للفريق الأحمر ، والأخير يرسل واحدا للفريق الأصفر وهكذا .

طريقة اللعب :

عند سماع الصفارة للبداية يحاول كل أسد الخروج من الدائرة من بين اللاعبين أو ينفذ من تحت الأيدي ، وله أن يثب عاليا ويهاجم اللاعبين حول الدائرة بخفة من وقت لآخر بينما يحاول اللاعبون صده .

شروط اللعب :

- (١) يكون الأسد سريعا في تنقله من مكان لآخر في الدائرة حتى يجسد له منفذا .
- (٢) يستطيع الأسد أن يهاجم أو يثب ، ولكن بشكل لا يعرض اللاعبين للخطر .
- (٣) إذا خرج الأسد من الدائرة احتسبت لفريقه نقطة .
- (٤) يعطى للأسد دقيقتان لكي يخرج من الدائرة وإلا عد فريقه مغلوبا .
- (٥) يستطيع الفريق أن يغير أسده إذا لم يثبت جدارته .
- (٦) يمكن اتباع طريقة خروج المغلوب ، وذلك أن الفائز من دائرتين يدخل ضد الفائز من الدائرتين الثانيةين لانتخاب الأول والثاني ، ويتقابل الخاسرون لانتخاب الثالث والرابع .

٤٨ - أبواب المدينة

اللاعبون :

من ١٠ إلى ٣٠ لاعبا يقسمون إلى فريقين متساويين ، ويقف الفريقان في صفين متواجهين وبينهما مسافة ٤ أمتار ، ويمسك اللاعبون أيديهم في كل صف ويمثل الصفان بوابات المدينة .

طريقة اللعب :

ينادي رئيس فريق أحد لاعبيه فيخطو خطوة أماما ويحاول المرور بين أيدي لاعبي الفريق المضاد أو تحتهم ، وإذا لم يتمكن من ذلك في إحدى النقط يحاول ذلك في نقطة أخرى ولكل لاعب ثلاث محاولات فقط .

وإذا تمكن اللاعب من فتح ثغرة في صف الفريق المضاد أو دخل تحتهم وهو فإنه يعود إلى مكانه ويأخذ معه اللاعبين اللذين فتحت عندهما الثغرة كأسرى ،

فيقفان مع فريقه لتقويته . وإذا فشل في المحاولة الثالثة فإنه يبقى ضمن الفريق المضاد . ويقدم رئيس كل فريق لاعبا بالتناوب .

والفريق الفائز هو الذى يأتى بجميع اللاعبين من الفريق المضاد كأسرى .

ويمكن القيام بهذه اللعبة بطريقة سريعة وذلك بدخول لاعبين أو أكثر فى كل مرة .

٩ هـ — الوثب فوق الأيدي

يجلس جميع اللاعبين فى دائرة ماسكين الأيدي بمستوى الكتفين .

طريقة اللعب :

يبدأ اللعب بوقوف لاعب ليجرى حول الدائرة، وفى أثناء جريه يلمس كتف أحد اللاعبين الجالسين. فيقف اللاعب الأخير ويجرى فى اتجاه مضاد للاعب الأول محاولا كل منهما الوصول الى المكان الشاغر قبل الآخر على أن يثب اللاعبان فوق أيدي اللاعبين الجالسين فى الدائرة واحدا بعد الآخر (أى داخل وخارج الدائرة بالتبادل) .

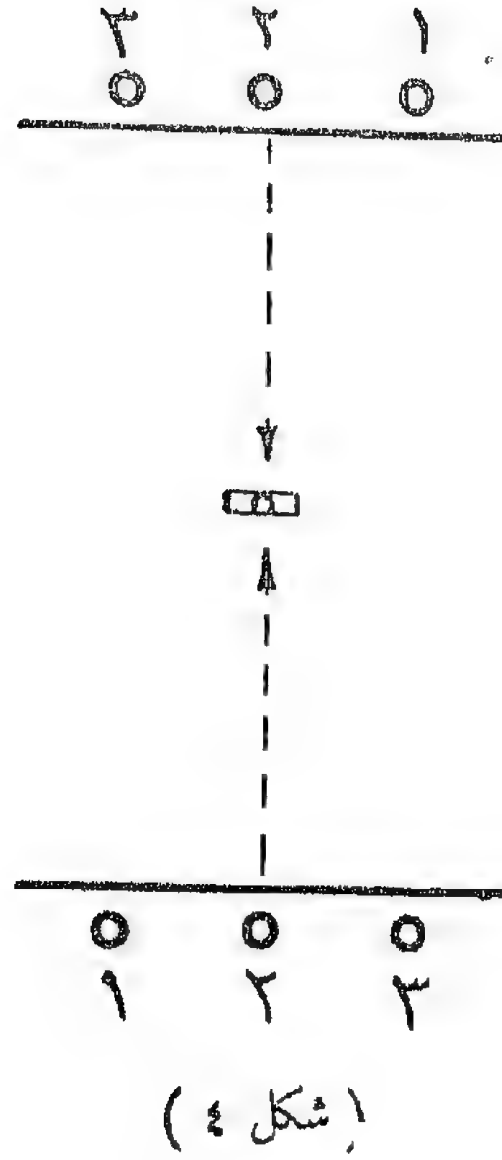
تعليمات للاعبين :

(١) تمسك الأيدي على ارتفاع قليل حتى يتمكن كل لاعب من تخطيها .

(٢) يجب ألا تُحرك الأيدي مطلقا فى الدائرة أثناء الوثب .

ويمكن أداء هذه اللعبة مع التلاميذ الكبار بوضعهم فى وضع الجلثو أو الوقوف ممسكين بأيديهم فى هذين الوضعين تحت مستوى الكتفين .

٥٠ - الكلب والعظمة



الملعب :

خطان متوازيان ، المسافة بينهما نحو ١٠ أمتار. وترسم دائرة نصف قطرها ٣٠ سم تقريبا بينهما .

الأدوات :

كيس حب أو كرة صغيرة أو عصا صغيرة توضع في الدائرة الوسطى .

اللاعبون :

يقسم اللاعبون إلى فريقين عدد كل منهما من ٦ إلى ١٢ لاعبا. ويقف لاعبو كل فريق على خط مواجهين الدائرة . وتعطى أرقام متسلسلة لكل فريق من اليمين إلى اليسار .

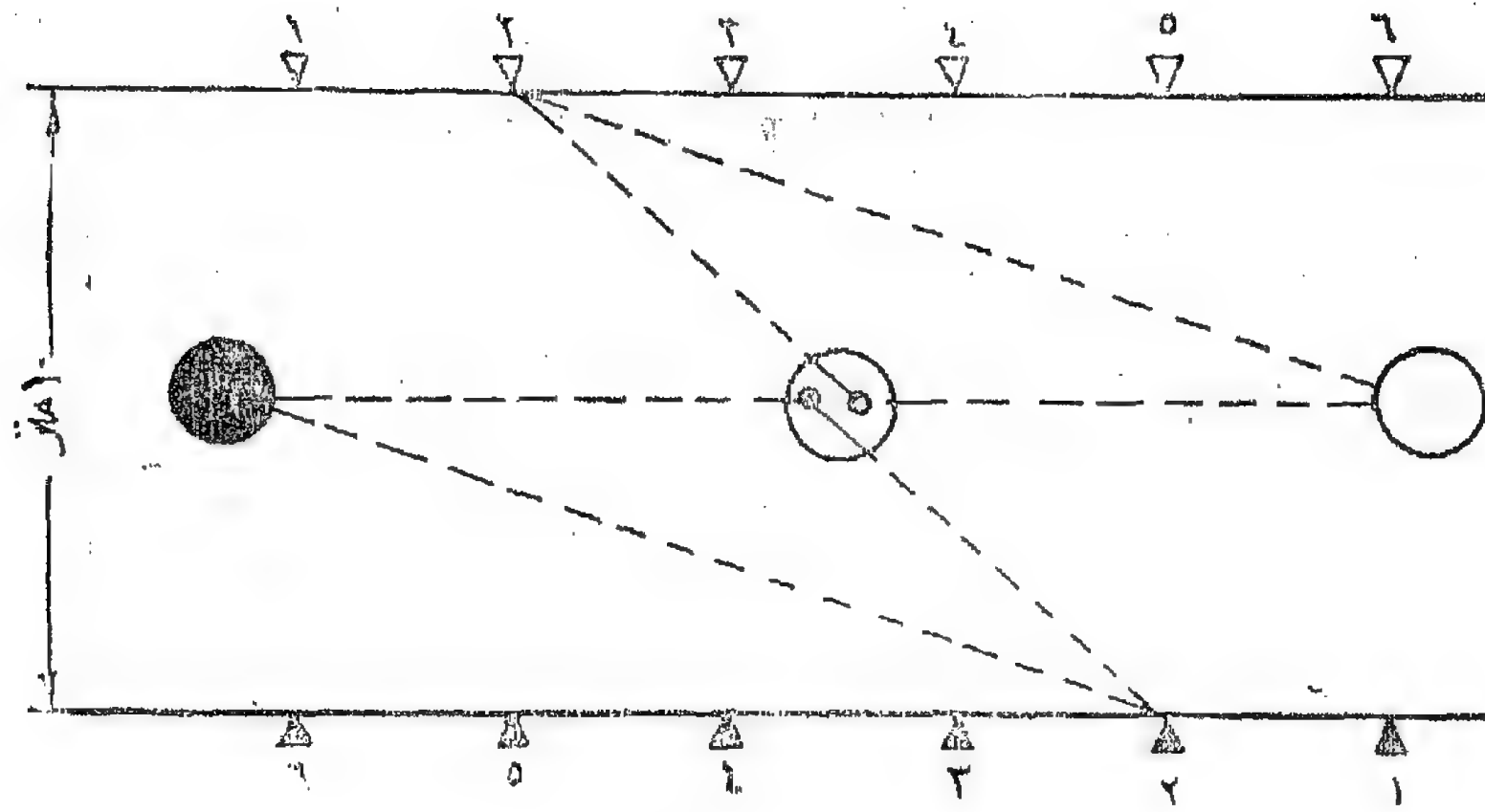
طريقة اللعب :

عند ما ينادى المدرس على رقم ما يجرى اللاعبان من الفريقين نحو العظمة وهي " الكرة أو الكيس " ويحاول أحدهما خطفها والرجوع بها لمكانه قبل اللاعب الآخر ، فإذا نجح في ذلك تعطى نقطة لفريقه .

شروط اللعب :

- (١) إذا أخذ لاعب العظمة ولمسه اللاعب الآخر قبل أن يعود لمكانه يعد اللاعب الأول فاشلا ولا تحتسب نقطة لفريقه .
- (٢) إذا وصل لاعبان في وقت واحد إلى العظمة يحاول أحدهما أن يراوغ الآخر ببعض الحيل حتى يخطفها ويجرى بها لمكانه فتحتسب لفريقه نقطة .

٥١ — غير الصوبلجان



(شكل ٥)

الملعب :

يرسم خطان متوازيان بعرض الملعب بحيث تكون المسافة بينهما ١٥ مترا تقريبا ، ويرسم في منتصف المسافة بين هذين الخطين ثلاث دوائر ، واحدة في الوسط والأخرى في النهايتين ، بحيث يكون قطر الدائرة الواحدة ٦٠ سم . وتستخدم الدائرة الوسطى لكلا الفريقين وأما الدائرتان الثانيتان فيستخدم كل فريق واحدة منهما .

الأدوات :

يوضع في الدائرة الوسطى كرتان أو منديلان أو صوبلجانان .

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكون من ٥ إلى ١٠ لاعبين ، يقفون مواجهين الفريق الآخر على الخططين المرسومين في الملعب . وتعطى أرقام سلسلة لكل فريق من اليمين إلى اليسار .

طريقة اللعب :

ينادى المدرس رقم ٢ مثلاً فيجرب كل من اللاعبين رقمي ٢ في الفريقين إلى الدائرة الوسطى . ويحاول أحدهما أن يسبق الآخر ويخطف إحدى الكرتين الموجودتين داخل الدائرة الوسطى وينقلها إلى الدائرة الخاصة بفريقه ويعود إلى مكانه الأصلي قبل الآخر فإذا نجح في ذلك فتحتسب نقطة لفريقه . وعند نداء المدرس على رقم آخر يجرب كلا اللاعبين وينقلان الكرتين إلى الدائرة الوسطى وهكذا .
والفريق الذى يحوز على ١١ نقطة أولاً يعد فائزاً .

٥٢ — الكرة السريعة

ينتشر اللاعبون في الملعب بعيداً عن ماسك الكرة ، وعند الإشارة يرمى الماسك الكرة على لاعب بقصد إصابته بها ، وفي نفس الوقت ينادى ” امسك ” فيندفع اللاعبون نحو الكرة ، واللاعب الذى ينجح في الحصول عليها أولاً يعتبر ماسكاً جديداً ، فينتشر اللاعبون بسرعة بعيداً عنه ويحاول هو رميها على أحدهم ، وعند ما يسمعون ” امسك ” يندفعون نحو الكرة ثانية ، وهكذا يستمر اللعب بسرعة كبيرة في الانتشار بعيداً عن الكرة أو التجمع حولها .

٥٣ — ضرب الوسائد

الأدوات :

عمود سمكه ١٥ سم وطوله ٦ أمتار مثبت على قائمين بحيث يرتفع عن الأرض بمقدار متر ونصف تقريبا . وتوضع تحته مراتب لوقوع اللاعبين عليها .

طريقة اللعب :

يجلس لاعبان على العمود أحدهما أمام الآخر ويبد كل منهما وسادة ، وعند سماع الإشارة يضرب كل لاعب الآخر بالوسادة محاولا إيقاعه .

شروط اللعب :

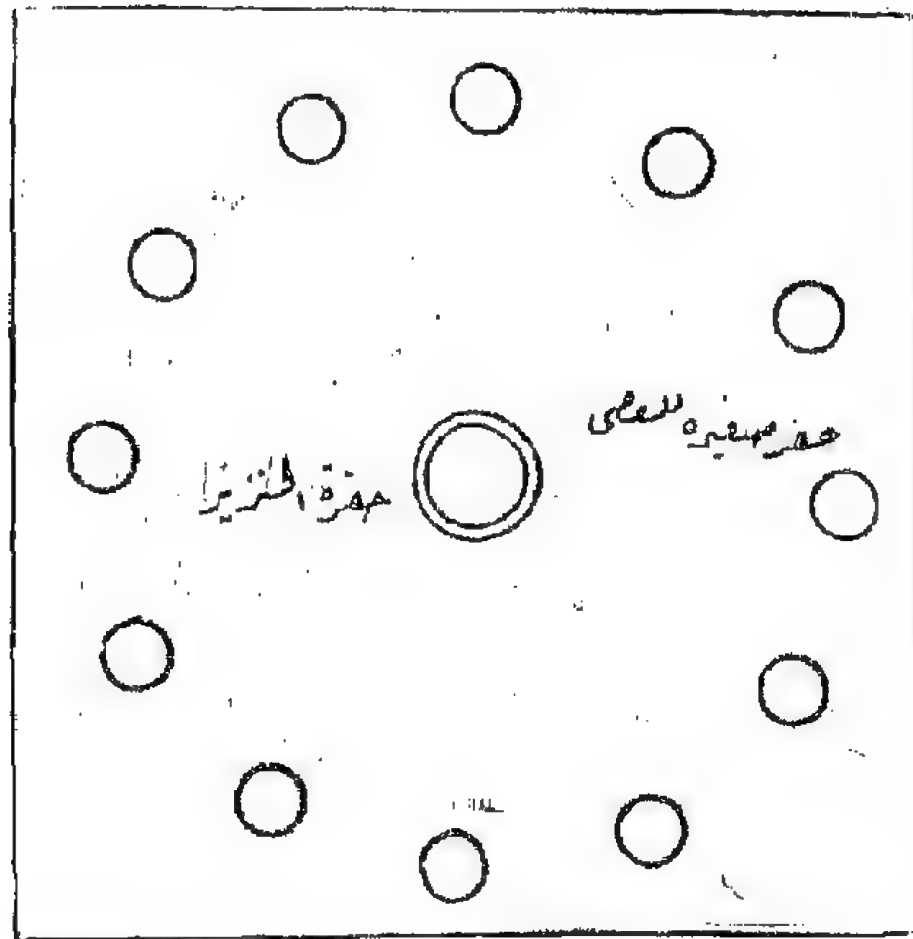
- (١) يمكن للاعب أن يستند بيده الخالية على العمود ليثبت نفسه عليه .
- (٢) يجوز استعمال اليد الخالية لصد ضرب اللاعب المضاد ، ولكن لا يجوز مسك وسادة اللاعب المضاد أو لمس جسمه .
- (٣) إذا اختل توازن لاعب ولف تحت العمود فلا يعد مغلوبا إلا إذا وقع على الأرض .
- (٤) يستمر اللاعب في المحاربة إذا كان معلقا في العمود ويحاول أن يتسلق فوقه ، وللاعب الآخر أن يمنعه من التسلق بضربه بالوسادة .
- (٥) يكون لكل لاعب مساعد يعطيه الوسادة عند وقوعها .
- (٦) مدة اللعب ثلاثة أشواط ، وكل شوط مدته $1\frac{1}{4}$ دقيقة بينها نصف دقيقة للراحة ، وينتهي الشوط مباشرة بسقوط اللاعب على الأرض .
- (٧) لا يجوز للتبارين ترك العمود أثناء فترة الاستراحة .
- (٨) إذا كان اللاعب معلقا في العمود في نهاية الشوط فيمكن لمساعدته أن يساعده في رفعه على العمود بدون أن يسمح له بالتمسك بالأرض .

(٩) يعتبر اللاعب فائزاً إذا أسقط اللاعب المضاد على الأرض أو ارتكب اللاعب المضاد خطأ .

(١٠) إذا لم يتمكن لاعب من إيقاع اللاعب المضاد على الأرض فالحكم الحق في أن يعين اللاعب الفائز حسب الضربات والدفاع وخلافه أثناء اللعب .

(١١) يذنب هذه اللعبة حكم واحد وميقاتي وقاضيان .

٥٤ — الخنزير في الحفرة



(شكل ٦)

الملعب :

تلعب على أى ملعب أو في صالة التدريب أو على شاطئ البحر ، فترسم دائرة في الوسط قطرها من ٣٠ إلى ٤٠ سم ، وترسم دوائر صغيرة قطر الواحدة ١٠ سم على محيط دائرة كبيرة يقف اللاعبون خلفها ، على أن تكون المسافة بين كل لاعب وآخر ٩٠ سم على الأقل ، وإذا لعبت هذه اللعبة على شاطئ البحر فتحفر حفرة للدائرة الوسطى وحفر صغيرة للاعبين للوقوف خلفها .

الأدوات :

عصا طولها ٩٠ سم لكل لاعب وكرة سلة أو قدم واحدة .

اللاعبون :

من ١٠ إلى ٣٠ لاعباً يقفون جميعاً على محيط الدائرة الكبرى خلف الحفر الصغيرة ما عدا واحداً (ليس لها دائرة أو حفرة) .

الغرض من اللعبة :

يحاول اللاعب الذى ليس له دائرة ما يأتى :

(١) أن يأخذ الكرة (الحنزير) بعصاه إلى الدائرة الوسطى ويحاول الآخرون منعه .

(٢) يحاول هذا اللاعب أن يتخلص من موقفه بوضع طرف عصاته فى إحدى الحفر الصغيرة إذا كانت عصا اللاعب صاحب هذه الحفرة خارجة عنها .

طريقة اللعب :

تبدأ اللعبة بوضع عصى جميع اللاعبين فى الحفرة الوسطى تحت الكرة، ويعدّون "واحد. اثنين. ثلاثة" وفى العدة الأخيرة يرفعون جميعاً الكرة بالعصى عالياً ثم يجرون للحفر الصغيرة كي يضع كل طرف عصاه فى حفرة . ولما كان عدد الحفر ينقص واحداً عن عدد اللاعبين فسيتبقى لاعب بدون حفرة . فيحاول هذا اللاعب دفع الكرة إلى الحفرة الوسطى من المكان التى خرجت عنده بعد ابتداء اللعبة، ويحاول اللاعبون الآخرون منعه بعرقلة مرور الكرة بعصيتهم .

شروط اللعب :

(١) لا يجوز ضرب الكرة بالقدم أو بأية طريقة أخرى غير العصا .

(٢) يجوز للاعبين الآخرين ترك أما كنهم لعرقلة تحرك الكرة، ولو أن هذا يعطى فرصة للاعب الوسط أن يضع طرف عصاته فى إحدى الحفر الصغيرة الحالية.

(٣) يجوز لأي لاعب العودة إلى أى حفرة خالية أمامه ، وليس من الضروري العودة لحفرته الأصلية .

(٤) إذا نجح لاعب الوسط في وضع الكرة داخل الحفرة الكبيرة فيعد فائزاً وتبدأ اللعبة من جديد .

(٥) إذا نجح لاعب الوسط في وضع طرف عصاته في إحدى الحفر الصغيرة فإنه يغير مكانه مع اللاعب صاحب هذه الحفرة .

٥٥ — كرة الصفارة

اللاعب :

دائرة كبيرة .

الأدوات :

كرة أو كيس حب .

اللاعبون :

من ١٠ إلى ٣٠ لاعباً يقفون على محيط الدائرة .

طريقة اللعب :

تعطى الكرة للاعب ، وعند سماع صفرة واحدة يرمى بالكرة لجاره الواقف على يمينه ، وهكذا للاعب بعد الآخر ، وعند سماع الصفارة (صفرة واحدة) يغير اتجاه رمى الكرة . فالصفرة الواحدة معناها رمى الكرة لجار وتغيير الاتجاه .

وعند سماع صفتين يغير اتجاه رمى الكرة على أن ترمى للاعب بينه وبين الرامي واحد ، أى مع تفادى لاعب .

شروط اللعب :

- (١) يكون تبادل الكرة بالرمى باليدين بسرعة .
- (٢) إذا أخطأ اللاعب فى رمى الكرة بعد سماعه الصفير يعدّ خارجا .
- (٣) يمكن أن يكون الخارجون عن اللعب دائرة أخرى بجوار الأولى ، وبذا يستمر لعبهم .

٥٦ — ارم واجر

الملعب :

دائرة قطرها متران ترسم فى وسط مستطيل مساحته ١٠×٢٠ مترا تقريبا .

الأدوات :

كيس حب واحد وعدد من الشرائط الملونة يماثل عدد اللاعبين ، توضع فى وسط الدائرة .

اللاعبون :

من ١٠ إلى ٢٠ لاعبا يقفون حول الدائرة إلا واحدا ينتخب ليكون "الرامى" فيقف فى وسط الدائرة ويضع شريطا ملونا حول كتفه .

طريقة اللعب :

عند إعطاء الإشارة بالبداية يأخذ الرامى كيس الحب ويرميه بعيدا فى الملعب ، وفى نفس الوقت يجرى جميع اللاعبين فى أى مكان بالملعب ويطاردون الرامى محاولا لمس أكبر عدد منهم . واللاعب الذى يلمس يعود إلى الدائرة ويضع شريطا ملونا حول كتفه ويصير "مساكا" .

وتستمر المطاردة حتى يرجع الكيس إلى الدائرة أحد اللاعبين ، وعند ذلك يوقف المدرس اللعبة ويعود جميع "المساكين" إلى الدائرة ويقفون فيها . ويبدأ الرامى ثانية برمى الكيس .

وتنتهى اللعبة عندما تستعمل جميع الشرائط الملونة .

٥٧ - الكل يجرى

الملعب :

مربع طول ضلعه ١٥ مترا تقريبا .

الأدوات :

كيس حب .

اللاعبون :

من ١٠ إلى ٣٠ لاعبا يقفون كلهم داخل المربع .

طريقة اللعب :

يعطى كيس لأحد اللاعبين "الرامي"، وعند سماع الإشارة بالبداية يرمى الكيس عاليا، ويجرى اللاعبون في أية جهة داخل المربع، بينما يبقى الرامي في مكانه فيمسك بالكيس ثانية ناديا "ممسوك"، فيقف اللاعبون توا وعندها يصوب الرامي الكيس على أحد اللاعبين، فإذا أصابه أخذ كل منهما مكان الآخر، وإذا أخطأ عاد اللعب من جديد مرة أخرى .

شروط اللعب :

- (١) لا يجرى اللاعبون في الملعب حتى يسمغوا الإشارة .
- (٢) بعد أن يرمى اللاعب الكيس عاليا يجب عليه لقفه قبل أن ينزل الأرض فإن أخطأ تحتسب ضده نقطة .
- (٣) عند رمي الكيس على اللاعب يستطيع هذا اللاعب الوثب عاليا في مكانه كي يتجنب الكيس ، ولذا يشترط أن يكون رمي الكيس منخفضا بين الركبة والأرض .
- (٤) تعطى فرصتان للرمي لكل لاعب وبذا يتبادل اللاعبون هذا المكان .

٥٨ - الرمي لمسافة

الملعب :

خطوط متوازية بعرض الملعب يبعد كل منها عن الآخر بنحو خمسة أمتار وعلى بعد ١٥ متر من الخط الأول يرسم خط مواز يسمى خط الرمي .

الأدوات :

كرة تنس أو كيس حب .

اللاعبون :

فريقان (أو أكثر) يقفان في قاطرتين أمام خط الرمي .

طريقة اللعب :

يقف اللاعب الأول من كل فريق ويرمي الكرة بطريقة خاصة يعينها المدرس نحو الخطوط المتوازية ، واللاعب الفائز يرسل كرتة أبعد ما يمكن ويعطى فريقه نقطة . وبعد اللاعبين الأولين يرمي الثانيان وهكذا . والفريق الفائز يحصل على عدد أكبر من النقاط . وقد يعتبر الفوز باصابة خط يعينه المدرس في كل مرة .
أما طرق رمي الكرة فتكون كالآتي :

(١) رمية عليا : وتكون في ارتفاع الكتف . فتمسك الكرة باليد اليمنى أمام الصدر ، وعند الرمي تتحرك الذراع خلفا مع انثناء المرفق وترمي الكرة للأمام بحركة سريعة من اليد والذراع .

(٢) رمية سفلية : تمسك الكرة بجانب الجسم مع مواجهة الكف للأعلى . وتكون الرمية بمرجحة الذراع أماما على طوله بحيث تترك الكرة اليد أمام وسط الجسم أو تحت الكتفين بقليل .

٩٥ - التصويب على المثلث



(شكل ٧)

الملعب :

دائرة كبيرة .

الأدوات :

كيس حب أو كرة تنس لكل لاعب ، وثلاثة صواجج توضع في منتصف الدائرة على شكل مثلث متساوي الأضلاع طول ضلعه ٣٠ سم تقريبا .

اللاعبون :

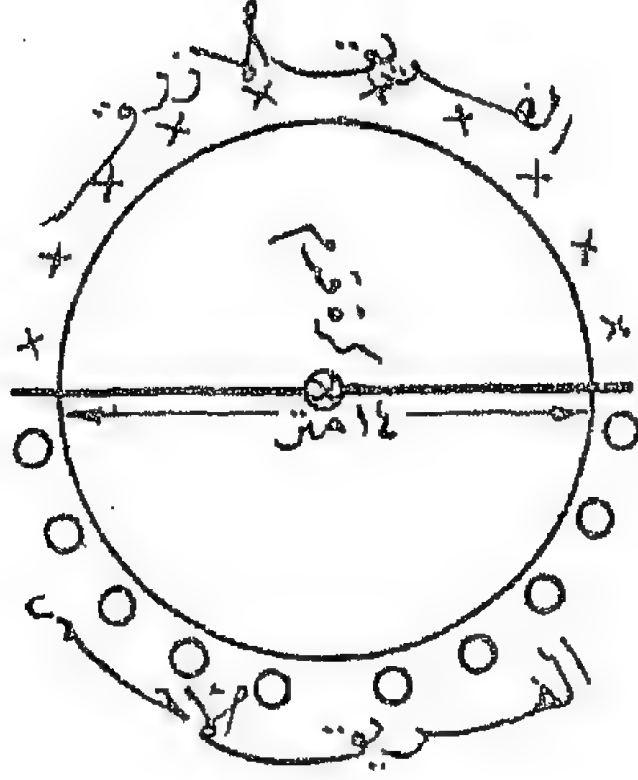
من ١٠ إلى ٢٠ لاعبا يقفون على محيط الدائرة ، ويأخذ كل منهم رقما ، والأرقام الفردية تكون الفريق الأزرق والأرقام الزوجية الفريق الأحمر .

طريقة اللعب :

كل لاعب بدوره يرى أو يدحرج الكرة على الصواجج فإذا أوقع إحداها احتسب لفريقه نقطة ، والفريق الفائز يكون له أكبر عدد من النقاط .

ويشترط على كل لاعب أن يسترد كرتة ويقيم الصوبج بعد رميه .

٤١ - الهدف المتحرك



(شكل ٨)

الملعب :

دائرة نصف قطرها سبعة أمتار تقريبا منصفة بقطر .

الأدوات :

كرة قدم توضع في مركز الدائرة وكرة تنس لكل لاعب .

اللاعبون :

فريقان كل منهما من ١٠ إلى ١٥ لاعبا ، يقفون على محيط الدائرة ، بحيث يختص كل فريق بنصف محيط الدائرة .

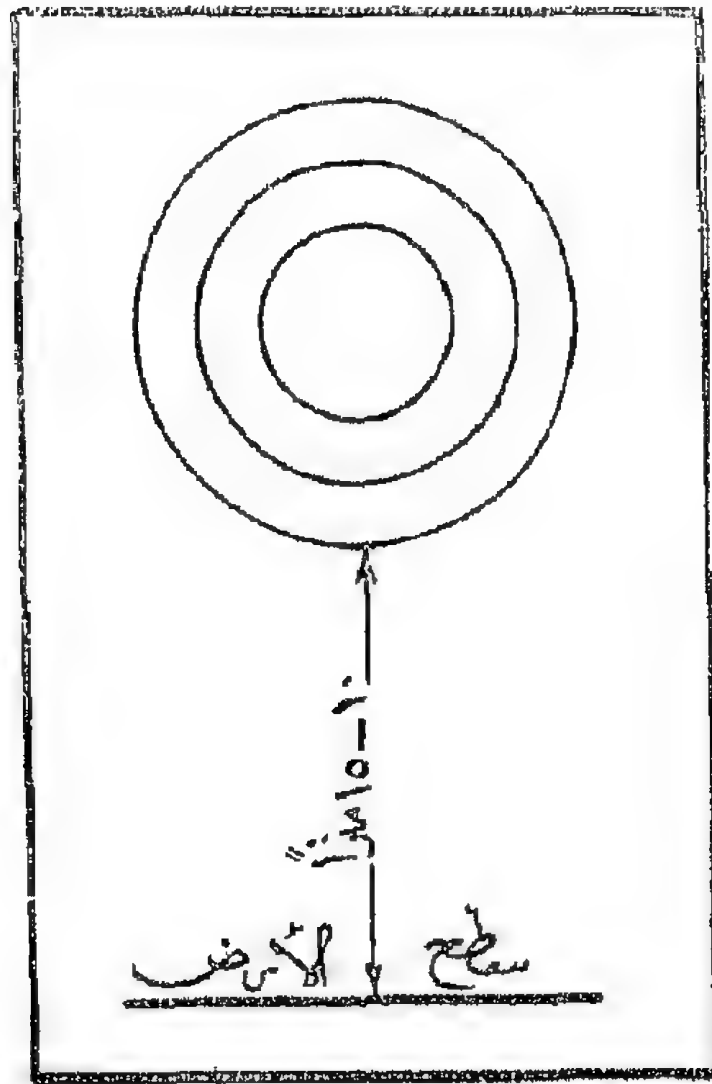
طريقة اللعب :

عند سماع الصفارة يحاول لاعبو الفريق دحرجة كرة القدم ناحية الفريق المضاد ، وذلك برمي كرات التنس على كرة القدم حتى تترك الكرة الأخيرة قطر الدائرة وتدخل أحد نصفي الدائرة ، فيعد الفريق الذي اقتربت منه الكرة مغلوبا ، ثم توزع كرات التنس ثانية وتوضع كرة القدم في الوسط وتستأنف اللعبة ثانية .

شروط اللعب :

- (١) يجب أن تكون إصابة كرة القدم من خارج محيط الدائرة .
- (٢) لا يسمح بمسك كرة القدم باليد .
- (٣) تعطى نقطة لكل فريق يخرج كرة القدم داخل نصف الدائرة بحيث تبعد عن القطر المرسوم بنحو مترين تقريبا .

٦١ - التصويب



(شكل ٩)

الملعب :

يرسم على حائط أو سبورة ثلاث دوائر متداخلة قطر الصغرى ٣٠ سم والوسطى ٦٠ سم والخارجية ٩٠ سم ، بحيث تعلو حافتها الخارجية عن الأرض بمقدار ٩٠ سم . ويرسم على الأرض أمام هذا الهدف وعلى بعد ١٠ أو ١٥ مترا منه خط يسمى خط الرمي .

الأدوات :

كرة تنس .

اللاعبون :

من واحد إلى عشرين لاعبا ويمكن تقسيمهم إلى فريقين .

طريقة اللعب :

يقف اللاعب خلف خط الرمي ويرمي الكرة على الهدف ، فإذا أصابه بين الدائرة الوسطى والخارجة احتسبت له نقطة ، وإذا أصابه بين الوسطى والصغرى احتسبت له ثلاث نقاط ، وإذا أصاب الدائرة الصغرى احتسبت له خمس نقاط ، وكذلك إذا أصابت الكرة خطا من الخطوط .

وتعطى لكل لاعب فرصتان أو أكثر في الرمي ، والفريق الفائز من يكون عدد نقطه أكثر .

شروط اللعب :

يشتري في الرمي أن يقف اللاعب واضعا قدمه اليمنى على أو خلف خط الرمي وقدمه اليسرى متقدمة ، وتمسك الكرة باليد اليمنى أمام الصدر وتغطيها اليد اليسرى بخفة ، ثم تؤرجح أو تحرك الذراع اليمنى للخلف والأمام ، على أن يتبع الكتفان والجسم والركبتان حركة الذراعين .

٦٢ — الكرة الصينية :

الملعب :

دائرة كبيرة .

الأدوات :

كرة سلة تعطى للاعب .

اللاعبون :

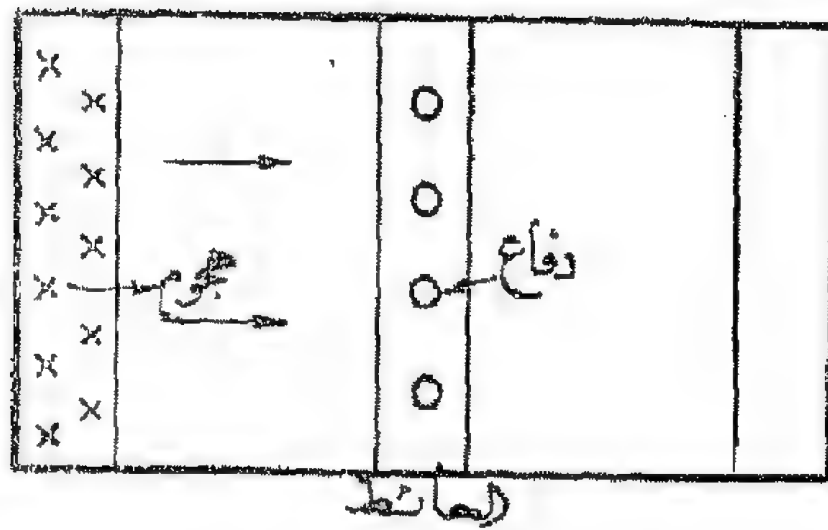
من ١٠ إلى ٢٠ لاعبا يقفون على محيط الدائرة كتفا لكتف .

طريقة اللعب :

يرمى اللاعب الكرة لأي لاعب آخر فيحاول لقفها ، وفي نفس الوقت الذي تصل فيه الكرة له يرفع جاره الذي على يمينه ذراعه اليسرى ، وجاره الذي على يساره ذراعه اليمنى ، فإذا رفع لاعب ذراعا خطأ أوقف ذراعا بدل الأخرى أو لم يرفع ذراعا مطلقاً فإنه يعدّ خارجاً ويقف بعيداً عن الدائرة ، وإذا لم يفلح اللاعب أيضاً في لقف الكرة فإنه يخرج من الدائرة. أما إذا أفلح في لقفها فعليه أن يرميها نقواً للاعب آخر بنفس الطريقة ويرفع جاره الذراع القريبة عالياً وتنزل الأذرع عند ما يرمى الكرة ما سكتها .

فإذا خرج جميع اللاعبين عدا خمسة فإنهم يحتسبون فائزين وتبدأ اللعبة من جديد .
على أن اللاعبين الخارجين يمكنهم تكوين دائرة ، ويبدأ اللعب من جديد عقب خروجهم من اللعبة الأولى .

٦٣ - الحائط الصيني



(شكل ١٠)

الملعب :

مستطيل مساحته ١٠ × ٢٠ متراً . ويرسم خطان متوازيان في منتصفه يربط بينهما خط مواز والآخر ٣ أمتار وتسمى "الحائط" . ويرسم عند ضلع المستطيل القصير خط مواز له والمسافة بينهما ٣ أمتار أيضاً ، وتسمى منطقة "الهجوم" .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ٨ إلى ١٢ لاعبا. يكون أحدهما للدفاع عن الحائط والآخر للهجوم . فيقف الفريق المهاجم في منطقة الهجوم ويرسل الفريق المدافع رُبع عدد لاعبيه لحماية الحائط الوسطى بعد كل مرتين هجوم .

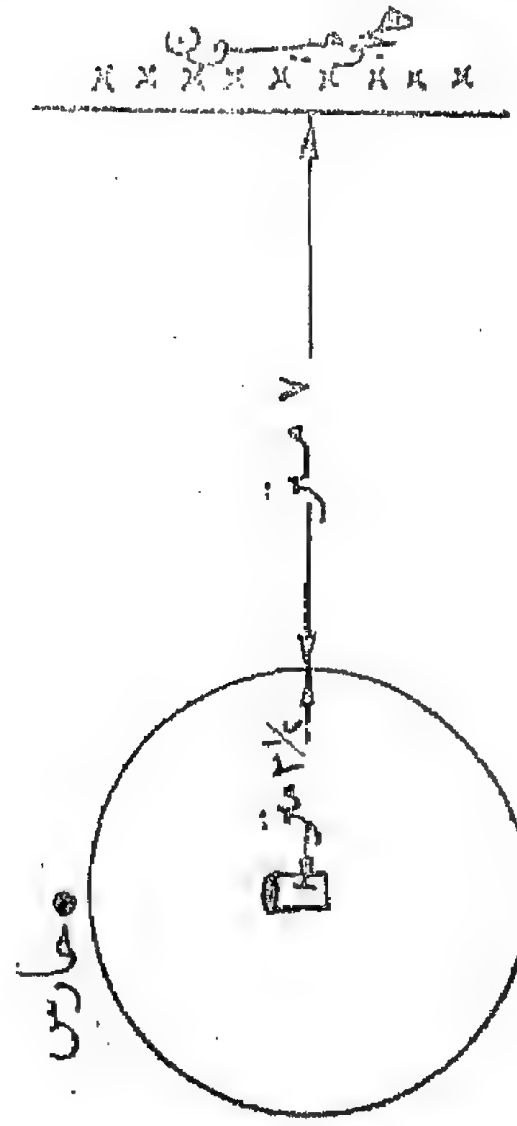
طريقة اللعب :

عند ما ينادى المدرس ” هجوم “ يجرى لاعبو الفريق المهاجم نحو الحائط ، ويحاولون اختراق هذه المنطقة ، دون أن يتمكن أحد من الفريق المدافع لمسهم باليد ، وبعد أن يجتازوا المنطقة يتقدمون حتى الطرف الثانى من المستطيل . ومن لمس منهم يعدّ خارجا عن اللعب . ثم يبدأ اللعب مرة ثانية بنفس الطريقة ، وبعدها يضع الدفاع لاعبين آخرين للدفاع عن الحائط مرتين ، ثم يغيرون ، ويستمر اللعب حتى ينتهى كل الفريق المدافع ، فتحتسب النقط التى أصابها ، ويتبادل الفريقان المواضع . والفريق الفائز هو الذى يحصل على أكبر عدد من النقط .

شروط اللعب :

- (١) لا يبدأ الهجوم مطلقا حتى ينادى المدرس ” هجوم “ فى كل مرة .
- (٢) لا يخرج الدفاع عن المساحة المحددة للحائط ، ولذا يكون لمس المهاجمين قاصرا عليها .

٤٤ - حارس البرج



(شكل ١.١)

الملعب :

دائرة قطرها ٥ أمتار يوضع في وسطها قائم ، وعلى بعد سبعة أمتار منها يرسم خط يقف خلفه الهجوميون .

الأدوات :

كيس حب لكل لاعب . وقائم أو عصا مستديرة سميكة ارتفاعها متر واحد (البرج) .

اللاعبون :

أى عدد من اللاعبين ، ينتخب أحدهم ليكون حارسا ، فيضع كيس الحب الخاص به فوق القائم ويقف على حافة الدائرة ، ويقف الباقيون خلف الخط المرسوم مواجهين الدائرة .

طريقة اللعب :

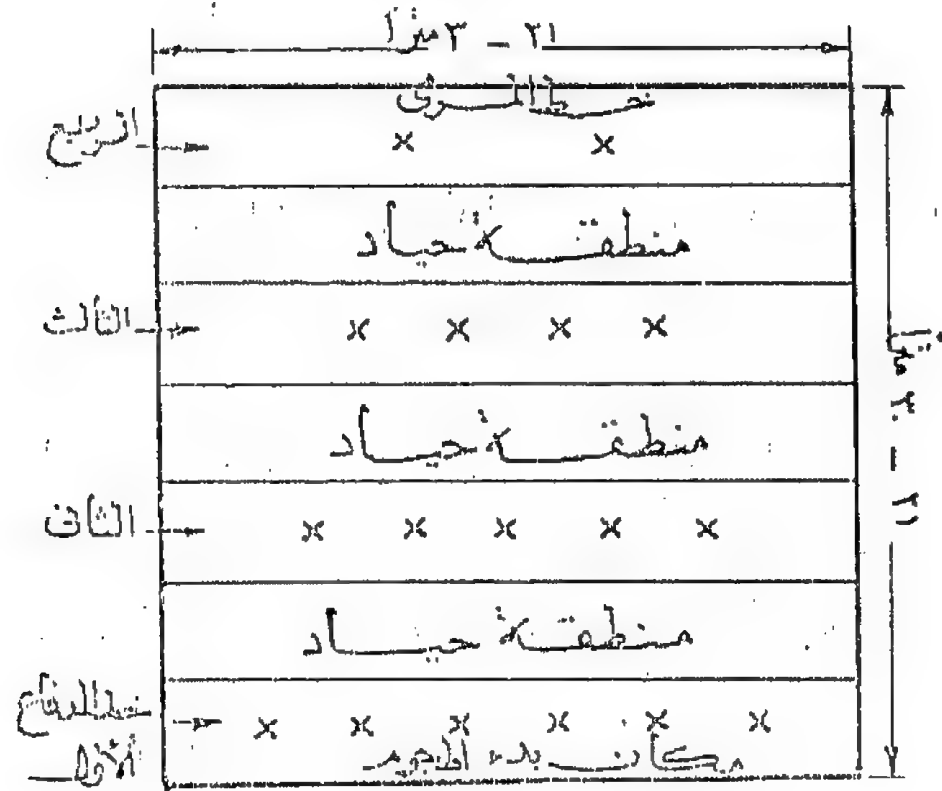
عند سماع الإشارة بالبداية يرمى الهجوميون جميعهم أ كياس الحب التي بأيديهم على البرج ، فإذا وقع يجرون جميعا لأخذ أ كياسهم والعودة بها إلى الخط ، وفي نفس

الوقت يتقدم الحارس ويوقف القائم ويضع فوقه كيس الحب ثانية، وعند انتهائه من ذلك يحاول لمس أى لاعب مهاجم يكون فى الدائرة ، فان أفلح يصبح اللاعب الملموس حارسا وإن خاب تعاد اللعبة ثانية وهكذا .

شروط اللعب :

- (١) يجوز لأى لاعب أن يترك الكيس الخاص به فى الدائرة ويعود إلى الخط ليتجنب بذلك اللبس من الحارس .
- (٢) لا يجوز ترك كيس الحب أكثر من مرة وعلى صاحبه محاولة أخذه فى المرة الثانية .
- (٣) يجوز للحارس أن يضع الكيس الذى تركه أى لاعب قريبا من البرج ليسهل عليه لمس اللاعب فى المحاولة الثانية .
- (٤) إذا فشل لاعب فى التقاط الكيس الخاص به مرتين متتاليتين فللحارس الحق فى التقاطه ، وبذا يصير صاحب الكيس حارسا ويتبادلان أماكنهما .

٦٥ - تقدم الجيش



(شكل ١٢)

الملعب :

مربع مساحته من ٢١ إلى ٣٠ مترا ، يقسم بخطوط موازية بين كل والاخر مسافة قدرها ٣ أمتار ويبعد عن المربع بمسافة مترين خط مواز يسمى خط الهجوم .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما ١٢ لاعبا ، يكون أحدهما مناجما و يقف على خط الهجوم ، والفريق الثانى مدافعا و يقف داخل المربع بحيث يضع أكبر عدد من لاعبيه فى المنطقة الأولى ويترك الثانية (حياد) ثم يضع عددا من اللاعبين فى الثالثة وتترك التى تليها وهكذا .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة يحاول الهجوم كله دخول أرض الحياد الأولى ويحاول المدافعون منعهم باللمس ، ومن يلمس يعد خارجا من اللعب ، ومن يصل لأرض الحياد يعد آمنا إذا كانت قدماه بين الخطين . ثم يحاول الهجوم مرة أخرى دخول أرض الحياد الثانية فالثالثة وهكذا حتى يتخطى الخط الأخير "خط المرمى" .

شروط اللعب :

(١) إذا خرج مهاجم على الخط الجانبي عند دخوله منطقة محايدة فيعتبر خارجا من اللعب .

(٢) يتبادل الفريقان الأماكن إذا تمكن الهجوم كله من الوصول للخط الأخير أو إذا لمسه المدافعون .

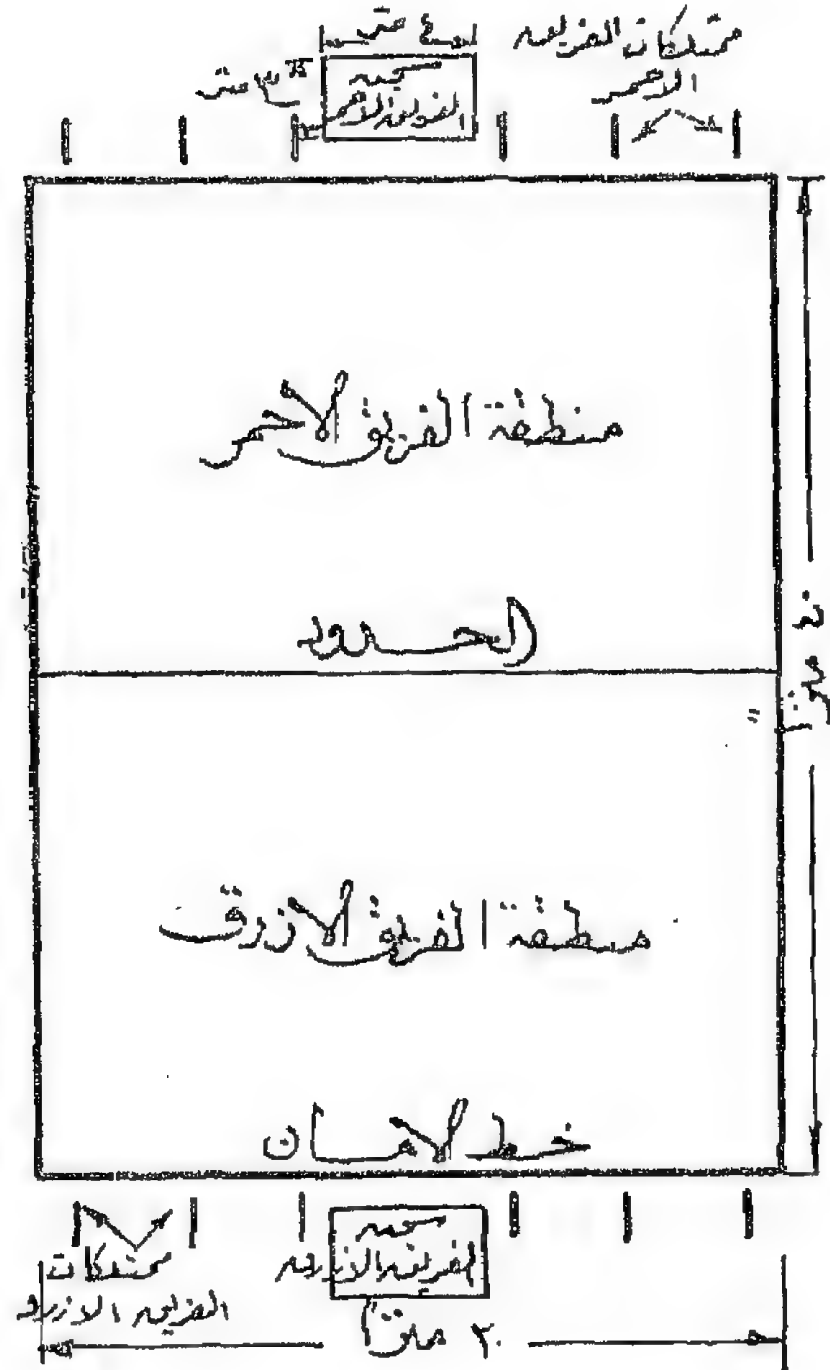
(٣) الإصابات — هناك طريقتان لعد الإصابات :

(أ) تعطى نقطة واحدة لكل مهاجم يصل إلى الخط الأخير بدون أن يلمس .

(ب) تعطى نقطة واحدة لكل مهاجم يصل إلى الأرض المحايدة الأولى ونقطتان للثانية وثلاثة للثالثة ثم خمس نقط إذا تخطى المهاجم الخط الأخير .

والفريق الحائز على أكبر عدد من النقط يعد فائزا .

٢٦ - الهجوم



(شكل ١٣)

الملعب :

مستطيل مساحته ٣٠ × ٤٠ مترا تقريبا مقسم بخط (الحدود) إلى نصفين ، وعلى بعد مترين من جانبيه مستطيلان صغيران (٣ × ٤ متر) "السجنان" .

الأدوات :

١٢ عصا أو كيس فول يوضع كل ست منها بين "السجن" والمستطيل الكبير .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ١٠ إلى ١٥ لاعبا يتخذ كل منهما نصف الملعب لحماية ويقف خلف خط الأمان (ضلع المستطيل) .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة يحاول كل من الفريقين التقدم في أى اتجاه نحو أرض العدو .
وإذا تمكن أى مهاجم من تخطى أرض العدو بدون أن يمسك (يقبض عليه) فإنه
يأخذ إحدى العصي الموضوعة ويعود بها إلى خطه . وفى أثناء عودته لا يمكن
القبض عليه .

وإذا قبض عليه داخل أرض العدو فإنه يعتبر أسيرا ويؤخذ إلى السجن حيث
يبقى حتى يتمكن أحد رفاقه من التسلل وتخطى خط الحدود وإطلاق سراحه . ويعتبر
كلاهما حرين (غير أسيرين) ويعودان لأرضهما ثانية .

شروط اللعب :

(١) يؤخذ الأسير للسجن بدون مقاومة .

(٢) إذا تمكن لاعب من إطلاق سراح أسير فعليهما أن يعودا لأرضهما أولاً
ولا يجوز لهما الاشتراك فى اللعب قبل ذلك .

وتنتهى اللعبة بفوز الفريق الذى يستولى على ممتلكات العدو . وإذا لم يتمكن أحد من
ذلك فتعطى نقطتان لكل واحدة من الأشياء المكتسبة وثلاث نقط لكل أسير .

القسم الثالث

مسابقات التتابع

مسابقات التتابع

٦٧ - تتابع التوازن

الملعب :

خطان متوازيان ، بينهما مسافة من ١٠ إلى ٢٠ مترا يسمى أحدهما خط البداية والآخر خط النهاية .

اللاعبون :

فريقان (أو أكثر) كل منهما مكون من ٥ إلى ١٠ لاعبين ، يقفون في قاطرتين خلف خط البداية .

الأدوات :

كتاب أو قاموس لكل فريق .

طريقة اللعب :

يوضع القاموس فوق رأس اللاعب الأول من كل فريق . وعند سماع الإشارة يجرى بدون أن يلمس القاموس بيديه إلى خط النهاية ، ثم يعود ثانية حتى يصل لمكانه . وينقل القاموس من فوق رأسه لرأس اللاعب الثاني . وهكذا حتى يأخذ كل لاعب دوره .

ولا يجوز للاعب مسك القاموس بيديه إلا إذا وقع على الأرض . وفي هذه الحالة يضع القاموس ثانية على رأسه ولا يتحرك إلا إذا تركت يده القاموس .

والفريق الذي ينتهي أفراد فريقه أولا ويعودون لمكانهم الأصلي يعد فائزا .

٦٨ — تتابع البيضة والملقحة

الملعب :

يرسم خط للبداية بعرض الملعب وعلى بعد مترين منه ترسم دائرة قطرها متر،
يوضع في وسطها عدد من البيض أو البطاطس . ويرسم خط للنهاية على بعد ١٠ أمتار
من خط البداية . وترسم عنده دائرة أخرى فارغة .

الأدوات :

ملقحة لكل فريق .

اللاعبون :

فريقان (أو أكثر) كل منهما مكون من ٥ إلى ١٠ لاعبين .

طريقة اللعب :

تعطى ملقحة للاعب الأول في كل فريق . وعند سماع الإشارة بالبداية يجرى إلى
الدائرة الأولى ويأخذ واحدة من البطاطس أو بيضة ، ويضعها في الملقحة بدون أن
يستخدم يده الأخرى ، ثم يجرى إلى الدائرة الثانية ويضع البطاطس بها ، ثم يعود
إلى خط البداية ويعطى الملقحة للاعب الثاني ، فيجرى هذا اللاعب الأخير إلى
البطاطس ، ويضعها في الملقحة بنفس الطريقة ، ويعود بها إلى الدائرة الأولى ويضعها
فيها . وهكذا كل لاعب بدوره .

والفريق الفائز هو الذي يعود أفراد فريقه إلى مكانهم أولا .

٦٩ — سلاح الثعبان

اللاعبون :

يقسم الفصل إلى فريقين أو أكثر، بحيث يتكون كل فريق من ٥ إلى ٨ لاعبين.
وتقف الفرق في قاطرات مع تباعد القدمين وثني الجذع أماما وممد اليد اليسرى
أماما واليمنى خلفا بين الرجلين . حتى يمسك كل لاعب اليد اليمنى للاعب الذي أمامه ،
وبهذا يكون الجميع ممسكين بعضهم بعضا .

طريقة اللعب :

عند سماع الصفارة للبدء يرقد اللاعب الأخير على ظهره مع ضم قدميه معا . بينما تتحرك القاطرة كلها بسرعة للخلف فوقه ، ويرقد كل لاعب بالترتيب على ظهره بمجرد مروره فوق رأس اللاعب الذى خلفه .

وتنتهى هذه اللعبة بالطرق الآتية :

(١) عند رقود جميع لاعبي الفريق على الظهر .

(ب) عند عودة الفريق بعد الرقود لوضعه الأصلي فى الوقوف . وذلك بالبدء بالوقوف من المؤخرة والتقدم أماما .

ويشترط فى اللعب ألا يسمح للاعب بفك يده سواء عند الرقود أو الوقوف .

٧٠ — داخل وخارج القاطرات

اللاعبون :

يقسم الفصل إلى فريقين (أو أكثر) ، عدد كل منهما من ٦ إلى ٨ لاعبين ، ويقفون أو يجلسون فى قاطرات .

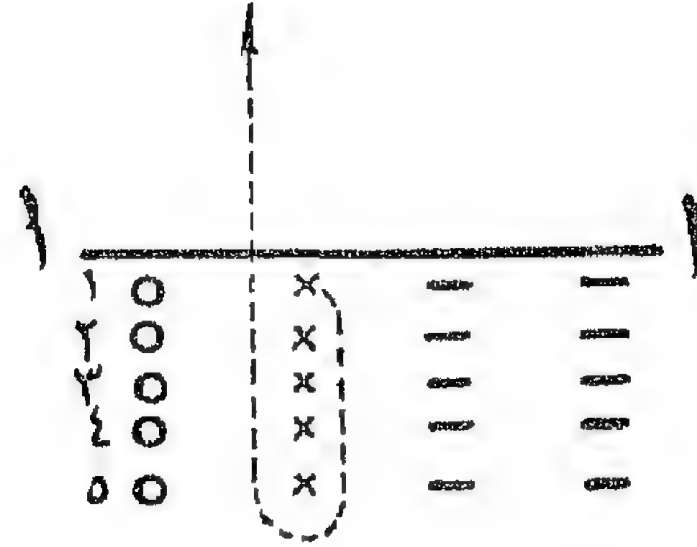
طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة بالبدء ، يدور دليل كل قاطرة لجهة اليمين ، ويدخل بين اللاعبين الثانى والثالث ، ثم بين الثالث والرابع وهكذا حتى نهاية القاطرة ، ويدور حول اللاعب الأخير ، ثم يعود بنفس الطريقة إلى مكانه الأصلي ، ويلمس اللاعب الذى يليه ، فيدور هذا حول الدليل ، ويستمر فى الجرى بنفس الطريقة . وهكذا حتى يأخذ كل لاعب دوره .

والفريق الذى ينتهى أولا بطريقة منظمة يعدّ فائزا .

٧١ - تتابع العلم

ب ————— ب



(شكل ١٤)

اللاعب :

خطان متوازيان يرسمان في الملعب و بينهما مسافة من ١٠ إلى ٣٠ مترا تقريبا .

الأدوات :

علم أو كيس حب أو عصا تتابع تعطى لدليل كل فريق .

اللاعبون :

أربع فرق متساوية ، عدد كل منها من ٥ إلى ٨ لاعبين .

طريقة اللعب :

يقف اللاعبون خلف الخط (١) في قاطرات ، وعند سماع الإشارة بالبداية
بدور دليل كل فريق يمينا ويجرى خلف قاطرته ، ثم أماما حتى يصل إلى الخط
(ب) ويلمسه ثم يعود و يعطى العلم لرقم (٢) و يأخذ مكانه في نهاية القاطرة ،
ثم يبدأ رقم (٣) الجرى بنفس الطريقة وهكذا حتى يأخذ كل لاعب دوره .
والفريق الفائز هو الذي يصل أولا مكانه الذي بدأ منه .

٧٢ — تتابع الدوران



(شكل ١٥)

الملعب :

خط مرسوم بعرض الملعب، وأمامه وعلى بعد ١٠ أو ٢٠ مترا منه خط مواز.

الأدوات :

عصا طويلة متر لكل فريق .

اللاعبون :

فريقان (أو أكثر) عدد كل منهما من ٨ إلى ١٢ لاعبا . ويقف كل فريق في قاطرة أمام خط البداية . ويقف اللاعب الأخير على الخط الموازي ماسكا العصا رأسية بكتفا يديه وهي مستندة على الأرض .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة يجرى الدليل في كل قاطرة إلى العصا ، ويمسكها بكتفا يديه ويدور حولها عددا من المرات (٣ مرات مثلا) مارا تحت ذراعي اللاعب الأخير الممسك بها . ثم يعود ثانية إلى قاطرته ويامس رقم ٢ . ثم يأخذ مكانه في نهاية القاطرة . ويستمر اللعب حتى يأخذ كل دوره .

والفريق الفائز هو الذي ينتهي أولا . وتكرر اللعبة ثانية بعد أن يغير اللاعب الأخير بنيده .

ويمكن أن يغير اللاعب الماسك العصا باستمرار من ابتداء اللعب . فبعد أن يمر رقم (١) تحت يدي اللاعب الأخير (٨) ويدور حول العصا ثلاث مرات ، يمسك العصا من رقم (٨) ، ويجرى رقم (٨) إلى القاطرة ، ويلبس رقم (٣) ، يأخذ مكانه في المؤخرة وهكذا .

ويتهى السباق عند ما يسلم رقم (٧) العصا لرقم (٨) ويعود لمكانه ويلبس رقم (١) .

٧٣ - تتابع المرور في النفق

اللاعبون :

يقسم الفصل إلى فريقين أو أكثر بحيث يتكون كل فريق من ٦ إلى ١٢ لاعبا ، يقفون في قاطرات مع تباعد القدمين .

طريقة اللعب :

عند سماع الصفارة يبدأ آخر تلميذ في كل قاطرة السباق بالجرى بين أرجل الفريق : على طول القاطرة ، ويقف فتحا في المقدمة على مسافة مناسبة . ويتبع اللاعبون الآخرون نفس الطريقة على التعاقب من الخلف . وعند ما يصل التلميذ للمقدمة يتهى الفريق كله . والفريق الفائز هو الذى يسبق الآخرين .

٧٤ - تتابع الأقواس

اللاعبون :

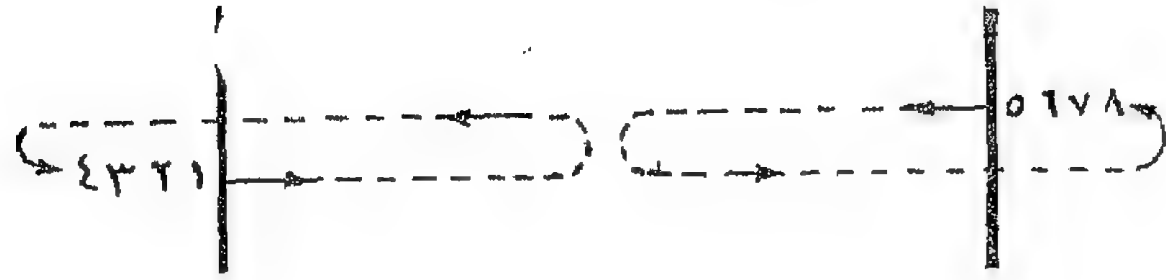
فريقان عدد كل منهما من ١٢ إلى ٢٠ لاعبا . ويقسم كل فريق إلى نصفين يواجه بعضهما بعضا ، ويمسك كل لاعب يدي زميله الواقف أمامه عاليا وبذا يتكون قوس .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة يخفض الزوج الأول الأيدي ويدوران للخارج ، ويجريان حتى نهاية القاطرة ويتقابلان ، ثم يمران تحت الأقواس ، ويجرد وصولهما لمكانهما يمسكان الأيدي ويبدأ الزوج الثاني بنفس الطريقة ، وهكذا حتى يأخذ كل زوج دوره . وتنتهى اللعبة عند ما يصل الزوج الأخير لمكانه .

والفريق الذى يأخذ مكانه كما كان فى البداية يعد فائزا .

٧٥ — تتابع التبادل



(شكل ١٦)

الملعب :

خطان متوازيان المسافة بينهما ١٢ مترا تقريبا .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ٨ إلى ١٢ لاعبا . ويقسم كل فريق إلى نصفين مواجهين بعضهما بعضا . ويقف كل نصف أمام خط ، ويعطى الدليل فى كل نصف منديل أو عصا صغيرة .

طريقة اللعبة :

عند سماع الإشارة يجرى اللاعبان ١ و ٥ فى كل فريق (انظر الشكل ١٦) كل فى اتجاه الآخر ويتبادلان المنديل والعصا باليدين ، ويعودان لمكانيهما ، ويعطيانهما للاعبين اللذين خلفهما ، ثم يأخذ كل منهما مكانا فى مؤخرة القاطرة وتستمر اللعبة حتى يعود الدليلان إلى مكانيهما .

والفريق الفائز هو الذى يصل دليلاه مكانهما أولا .

٧٦ — القفز

الملعب :

خط مرسوم بعرض الملعب ، ويبعد عنه بمسافة ٧ متر خط مواز للخط الأول .

الأدوات :

كيس حب أو كرة صغيرة لكل فريق .

اللاعبون :

فريقان (أو أكثر) عدد كل منهما من ٦ إلى ١٠ لاعبين ، يقفون في قاطرتين خلف خط البداية ، ويقف دليل كل قاطرة ماسكا الكرة بيده .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة يجرى الدليل إلى الخط الموازي ويلمسه بالكرة . ثم يعود ويمرر الكرة بين الرجلين من لاعب لآخر ويجرد أن يمررها كل لاعب يجثو (يركع) . وعندما يتسلمها اللاعب الأخير يقفز فتدأ فوق الآخرين حتى المقدمة ويكرر ما عمله رقم (١) .

والفريق الفائز هو الذى يصل دليله مكانه أولا .

٧٧ — تمرير الكوبرى والنفق

الملعب :

خط طويل تقف خلفه الفرق .

الأدوات :

كرة قدم لكل فريق .

اللاعبون :

يقف اللاعبون في فرق متساوية العدد في قاطرات مع تباعد القدمين ، ويقف زعيم كل فريق أمام الخط ممسكا بالكرة .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة بالبداية يمرر زعيم كل فريق الكرة من فوق الرأس للاعب الثاني خلفه وهكذا حتى تصل إلى اللاعب الأخير، فيأخذها ويجري بها للمقدمة مكان الزعيم . وتتحرك القاطرة كلها خطوة للخلف . ثم يمرر الزعيم الكرة بين الأرجل حتى نهاية القاطرة، فيأخذها اللاعب الأخير ويقف في المقدمة، ثم يمررها فوق الرأس . وتستمر اللعبة بتمرير الكرة فوق الرأس مرتين بين الرجلين أخرى حتى يعود زعيم كل فريق لمكانه في المقدمة .

٧٨ — التمرير والقفز

الأدوات :

كيس حب لكل فريق .

اللاعبون :

أربع فرق عدد كل منها من خمسة إلى عشرة لاعبين يقفون في قاطرات .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة بالبداية يمرر اللاعب الأول الكيس من فوق رأسه إلى اللاعب الثاني، وهكذا حتى نهاية القاطرة . وبعد تمرير الكيس فوق الرأس يجثو اللاعب مباشرة على ركبتيه، وعند ما يتسلم اللاعب الأخير الكيس يقفز فتعا فوق ظهور اللاعبين حتى يصل للمقدمة . وتستمر اللعبة حتى يأخذ كل لاعب دوره ويعود اللاعب الأول مكانه في المقدمة .

٧٩ — الرفع

اللاعبون :

يقسم الفصل إلى فريقين أو أكثر، بحيث يتكوّن كل فريق من ٦ إلى ٩ لاعبين. وتجلس الفرق في قاطرات أى ظهرها لوجه مع استقامة الركبتين .

طريقة اللعب :

عند سماع الصفارة بالبدء يرفع جميع اللاعبين أذرعتهم جانباً على ارتفاع الكتفين. ويقف اللاعب الأخير على قدميه بسرعة، ويرفع اللاعب الذى أمامه بوضع ذراعيه تحت أبطى اللاعب الأمامى حتى يقف، ثم يرفع اللاعب الثانى من مؤخرة القاطرة الذى أمامه بنفس الطريقة. وهكذا حتى يقف الفريق بأكمله من الخلف للأمام . والفريق الفائز هو الذى يسبق الآخرين فى الوقوف .

٨٠ — الحمل

الملعب :

خطان متوازيان بعرض الملعب بينهما مسافة قدرها ستة أمتار تقريباً .

اللاعبون :

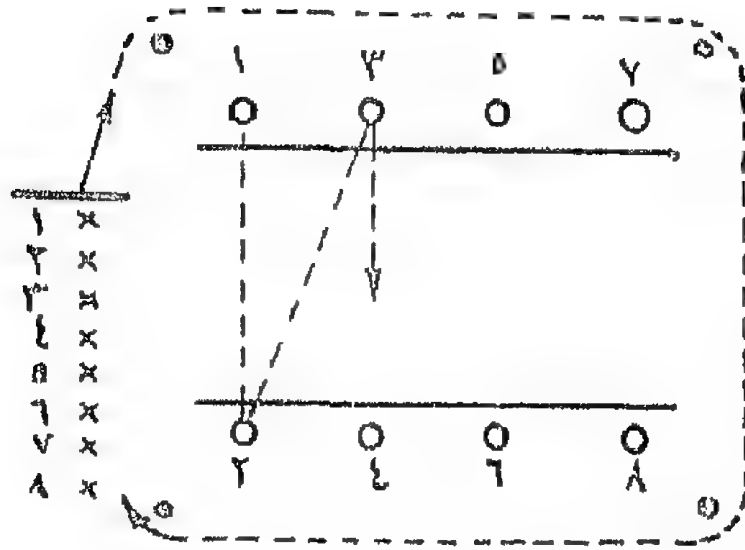
فريقان (أو أكثر) يقفان فى قاطرتين خلف خط البداية. ويقف دليلاً القاطرتين أمام خط النهاية مواجهين فريقيهما .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة يجرى الدليل لخط البداية. ويحمل أول لاعب على ظهره، ويعود به إلى خط النهاية . ويبقى الدليل خلف الخط . أما اللاعب فيعود ويحمل اللاعب التالى. وهكذا يستمر اللعب حتى يحمل كل لاعب لخط النهاية .

والفريق الذى يسبق الآخر فى حمل لاعبيه للخط المواجه يعد فائزاً .

٨١ - الكرة والجري



(شكل ١٧)

الملعب :

مستطيل مساحته ١٠ × ١٥ مترا ، به :

(١) خطان متوازيان على الضلع الكبير طوله ١٠ أمتار والمسافة بينهما متران .

(٢) خط مستقيم على الضلع القصير طوله ٨ أمتار تقريبا .

الأدوات :

كرة أو كيس حب لكل فريق .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ٨ إلى ١٤ لاعبا . يقف أحدهما (الفريق الأحمر) في نصفين على الخطين المتوازيين ويقف الآخر (الفريق الأزرق x) على الخط المستقيم .

طريقة اللعب :

عند سماع الصفارة يجري اللاعب الأول من الفريق الأزرق ومعه الكرة حول الملعب وخلف اللاعبين الواقفين على الخطين كما في الرسم حتى يعود لمكانه . ثم يعطى الكرة أو الكيس لرقم ٢ وهكذا . وفي نفس الوقت يمرر رقم (١) من الفريق الأحمر الكرة لرقم ٣ ومنه إلى رقم ٣ وهكذا في خطوط متعرجة ذهابا وإيابا مع عد المرات التي تصل فيها الكرة إلى رقم (١) . حتى إذا ما انتهى آخر لاعب في الفريق الأزرق من الجري وعاد مكانه ينتهى اللعب . ويحسب لهذا الفريق

(الأزرق) عدد مرات تمرير الكرة بين لاعبي الفريق الأحمر . بعد ذلك يتبادل الفريقان مكانيهما ، ويبدأ اللعب ، حتى إذا ما انتهى اللاعب الثامن من الفريق الأحمر يحتسب عدد مرات تمرير الكرة بين لاعبي الفريق الأزرق . والفريق الفائز إذن هو الحائز على نقط أكثر .

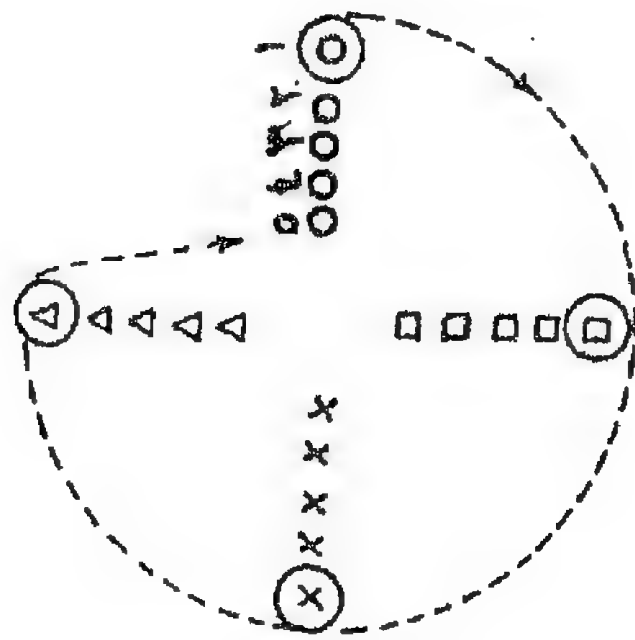
شروط اللعب :

(١) يكون الجرى حول الملعب ولا يبدأ اللاعب الثانى الجرى إلا بعد استلامه الكرة .

(٢) الفريق الواقف على الخطين المتوازيين لا يتحرك من مكانه ويكون تمرير الكرة منتظما بحيث إذا وقعت الكرة من لاعب يبدأ التمرير ثانية من عنده .

(٣) تحتسب المرة الواحدة في تمرير الكرة بين الخطين المتوازيين إذا صرت من اللاعب رقم ١ حتى اللاعب رقم ٨ ثم عادت بنفس الطريقة إلى اللاعب رقم ١

٨٢ — العجلة



(شكل ١٨)

الملعب :

دائرة نصف قطرها ٦ أمتار تقريبا بها قطران متعامدان .

الأدوات :

كيس حب أو كرة تنس لكل فريق .

اللاعبون :

أربع فرق تقف داخل دائرة على أنصاف الأقطار، ويتجه كل اللاعبين للخارج بحيث يقف اللاعب الأول من كل فريق على محيط الدائرة .

طريقة اللعب :

يجرى اللاعب الأول من كل فريق من الخلف على محيط الدائرة (فيكون عدد من يجرى أربعة ويكون جريهم في اتجاه واحد) وينتهي خلف اللاعب الرابع . وفي نفس الوقت يخطو لاعبو الفريق خطوة للأمام . ثم تمرر الكرة أو الكيس إلى رقم ٢ فيجربها في نفس الدورة حتى يأخذ كل دوره .

شروط اللعب :

- (١) يقف لاعبو كل فريق في قاطرة .
- (٢) عند سماع الصفارة يجرى اللاعبون الأوائل في اتجاه عقرب الساعة .
- (٣) يجب أن يتم اللاعب الدورة ثم يقف داخل الدائرة بعد أن يفسح الباقيون له مكانا .
- (٤) الفريق الفائز هو الذى يتم جريه ويعود لاعبه الأول لمكانه الأصلي على محيط الدائرة .

٨٣ — الفرق

الملعب :

خطان متوازيان بعرض الملعب بينهما مسافة من ١٠ إلى ٣٠ مترا تقريبا . ويسمى أحدهما خط البداية والآخر خط النهاية ، وترسم دائرتان متلاصقتان على حافة خط النهاية أمام كل فريق .

الأدوات :

صوبج لكل فريق يوضع في وسط إحدى الدائرتين .

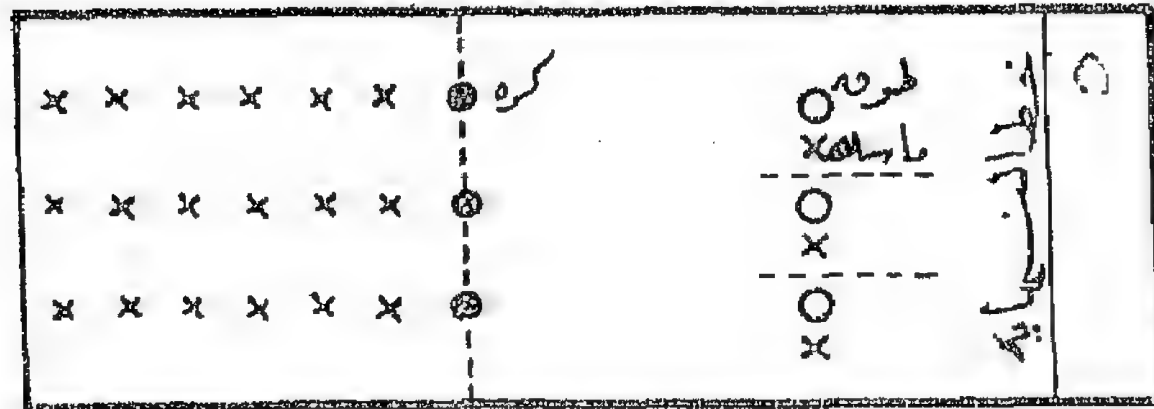
اللاعبون :

فريقان (أو أكثر) كل منهما مكون من ٥ إلى ١٠ لاعبين يقفون في قاطرتين خلف خط البداية .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة بالبداية يجري اللاعب الأول من كل فريق إلى الدوائر ، وينقل الصوبج من دائرة ليضعه في الدائرة المجاورة لها ، ويعود ويلمس اللاعب الذي يليه ، ثم يأخذ مكانا في نهاية القاطرة . فيجري اللاعب الثانى وينقل الصوبج ثانية إلى الدائرة الأولى ، ويعود ويلمس الذي يليه ، وهكذا حتى يأخذ كل لاعب دوره . والفريق الفائز هو الذى يعود آخر لاعب منه بعد نقل الصوبج ويصل إلى خط البداية أولا .

٨٤ - تنطيط كرة النضد



(شكل ١٩)

الملعب :

صالة التدريب أو غرفة أرضيتها من الخشب . ويرسم خط في ناحية من الملعب للبداية وفي الناحية الأخرى خط للنهاية .

الأدوات :

كرة بنج بنج . وطوق . ومسطرة أو مضرب كرة النضد لكل فريق .

اللاعبون :

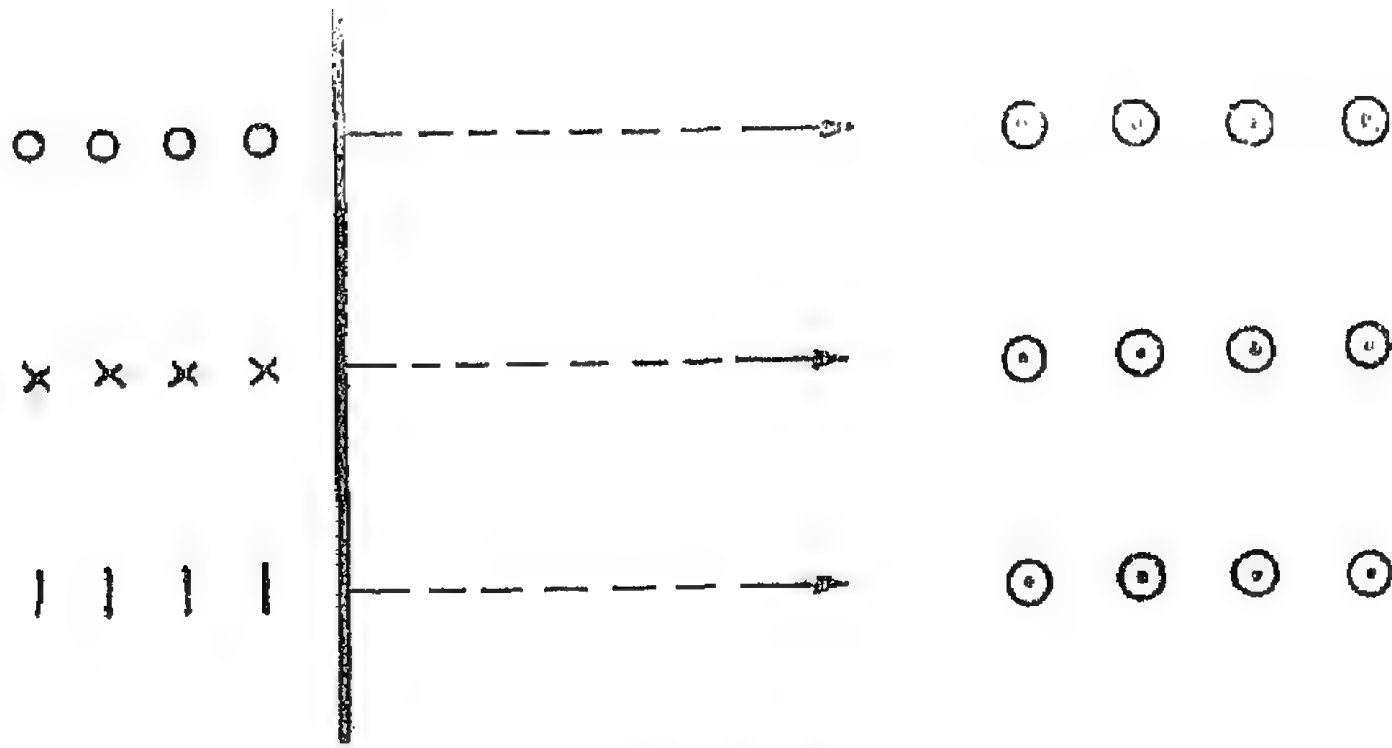
فريقان (أو أكثر) كل منهما مكون من ثلاثة إلى ستة لاعبين ، ويقفون في قاطرتين خلف خط البداية . وعند ثلثي المسافة من القاطرات يجلس لاعب ممسكا بالطوق ويواجه اللاعبين . ويعطى اللاعب الأول من كل فريق كرة البنج بنج والمسطرة .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة بالبداية ينشط اللاعب الأول في كل فريق الكرة ويضربها بالمسطرة لتنط عدة مرات متقدما بها للأمام ، ويمررها داخل الطوق ، ثم يدحرجها على الأرض لتصل لخط النهاية . وبعد ذلك يلتقطها ويعود بها جريا لفريقه ، ويضع الكرة والمسطرة على خط البداية ، يأخذ مكانا في نهاية القاطرة . ثم يبدأ بعد ذلك اللاعب الثاني بأخذ المسطرة والكرة ويكرر ما عمله اللاعب الأول وهكذا حتى يأخذ كل لاعب دوره .

والفريق الفائز هو الذي يعود آخر لاعب فيه لخط البداية أولا .

٨٥ - جمع وتوزيع الكور



(شكل ٢٠)

الملعب :

يرسم خط بعرض الملعب ويرسم أمامه أربع دوائر صغيرة على مسافات متساوية من كل فريق .

الأدوات :

سلة وأربع كرات تنس لكل فريق .

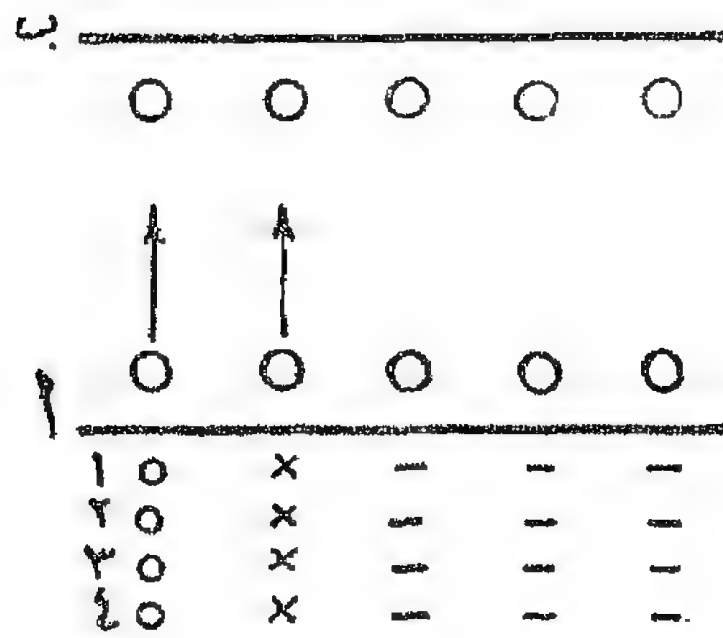
اللاعبون :

فريقان (أو أكثر) عدد كل منهما من ستة إلى تسعة لاعبين يقفون في قاطرتين .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة بالبداية يحوى اللاعب الأول ، ويجمع الكرات الموضوعة في الدوائر في السلة ، ويعود ثانية ويعطى السلة للاعب الثاني ، فيجرب هذا بها ويضع الكرات في الدوائر ثانية ، ويعود لاعطاء السلة للاعب الثالث ، فيجمعها وهكذا بالتبادل . والفريق الفائز هو الذى ينتهى من السباق أولا على الوجه الصحيح . واللاعب الذى يخفق فى وضع الكرات فى مكانها تماما يعود ثانية ليضعها داخل الدوائر قبل أن يبدأ غيره .

٨٦ — الأطراق



(شكل ٢١)

الملعب :

خطان متوازيان بينهما مسافة من ١٠ إلى ٢٠ مترا تقريبا .

الأدوات :

طوقان لكل فريق بينهما مسافة قدرها من ٣ إلى ٥ أمتار تقريبا .

اللاعبون :

فريقان أو أكثر عدد كل منهما من ٥ إلى ٩ لاعبين ، يقفون في قاطرات خلف خط البداية .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة بالبداية يجرى اللاعب الأول من كل فريق إلى الطوق الأول ، ويدخله في رأسه ثم يخرج من رجله ، ويجرى إلى الطوق الثانى ويكرر نفس العملية ، ثم يقف خلف خط النهاية وينادى اللاعب الثانى ، فيبدأ هذا مباشرة وهكذا حتى ينتهى الجميع .

٨٧ — المُرْكَب

يتكوّن هذا السباق من عدة ألعاب ذكرت آنفا وهى :

(أ) الدخول فى الطوق

(ب) سباق الرفع .

(ج) سباق الزحف

(د) سباق سلاخ الثعبان .

اللاعبون :

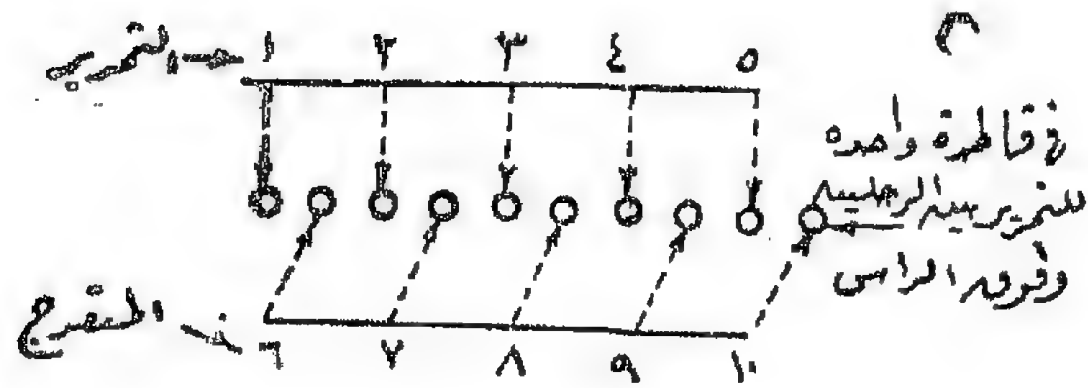
أربع فرق عدد كل منها من ٦ إلى ٨ لاعبين ، يقفون فى قاطرات ويمسك كل دليل طوقا فى يده .

طريقة اللعب :

عند الإشارة بالبده يدخل اللاعب الأول في الطوق، ويخرج منه ليجلس، ثم يعطى الطوق للاعب الذى يليه، وهكذا حتى نهاية القاطرة. ثم يبدأ سباق الرفع من الخلف على أن يرفع اللاعبون الذراعين جانبا. وعند ما يقف الجميع يجرى الدليل لنهاية القاطرة، ويلبس اللاعب الأخير، فيبدأ هذا الزحف بين الرجلين ويتبعه الآخرون. وفي هذا الوقت يعود الدليل مسرعا لمكانه. وعند ما ينتهى كل لاعب من الزحف يأخذ الوضع لسلخ الثعبان، بأن يدخل ذراعا بين رجله لمسك اللاعب الخلفى وذراعا أماما لمسك يد اللاعب الأمامى.

وينتهى السباق بالوقوف بانتظام وسكون.

٨٨ — التمرير المركب



(شكل ٢٢)

تتكون هذه اللعبة من (١) تمرير الملتوى (٢) التمرير بين الرجلين (٣) التمرير فوق الرأس.

الملعب :

خطان متوازيان بطول الملعب بينهما مسافة قدرها ٣ أمتار تقريبا.

الأدوات :

كرة قدم لكل فريق.

اللاعبون :

فريقان أو أكثر عدد كل منهما عشرة لاعبين ، ويقسم كل فريق إلى قسمين يواجهان بعضهما بعضا بحيث يقف كل نصف على خط . ويكون اللاعبون متباعدين .

طريقة اللعب :

(١) التمرير الملتوى .

عند سماع الإشارة يبدأ التمرير الملتوى فيرمى اللاعب الأول من كل فريق الكرة إلى اللاعب السادس ، فيرميها الأخير للاعب الثاني ثم إلى اللاعب السابع ، وهكذا حتى تصل الكرة إلى اللاعب العاشر كما في الرسم .

وبعد أن يمرر اللاعب الكرة الذي يليه يجرى ليتخذ مكانا في الوسط بين الخطين ، ويقف بقدميه متباعدين متجهها ناحية تمرير الكرة ، وعند ما تصل الكرة للاعب العاشر يجرى بها ويقف أمام اللاعب التاسع برجليه متباعدين ومواجهها نفس الاتجاه حتى يصبح الجميع في قاطرة واحدة .

(٢) التمرير بين الرجلين .

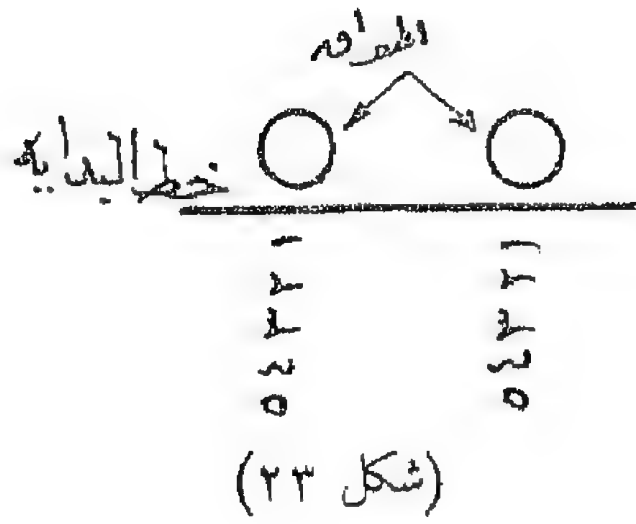
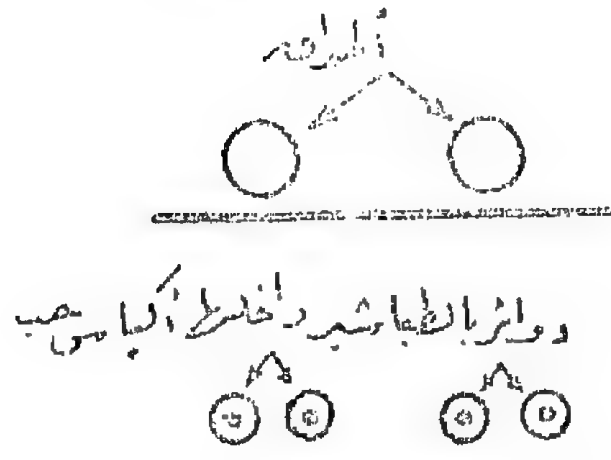
وبدون توقف يبدأ التمرير بين الرجلين على طول القاطرة من اللاعب العاشر حتى اللاعب الأول . وبعد أن يمرر اللاعب الكرة للواقف خلفه يدور كاملا ويثبه في الجهة المقابلة .

(٣) التمرير فوق الرأس .

حتى إذا ما وصلت الكرة للاعب الأول يبدأ بتمريرها فوق الرأس حتى تصل للاعب العاشر . ثم يأخذ الجميع أماكنهم الأصلية في صفين كما بدأت اللعبة ويحمل اللاعب العاشر الكرة معه .

والفريق الفائز يعود مكانه الأصلي أولا .

٨٩ - الموانع



الملعب :

يرسم خط بعرض الملعب (خط البداية) ، يوضع على بعد مترين منه أطواق (واحد لكل فريق) ، وعلى بعد مترين منها حبل ارتفاعه نصف متر عن الأرض ، وترسم على بعد مترين منه دائرة كبيرة بها أكياس حب ، وبجانبيها دائرة أخرى فارغة ، وفي الجهة الأخرى من الملعب خط مواز للخط الأول وخلفه دائرة لكل فريق .

اللاعبون :

فريقان (أو أكثر) عدد كل منهما لا يقل عن ستة لاعبين يقفون في قاطرتين أمام خط البداية .

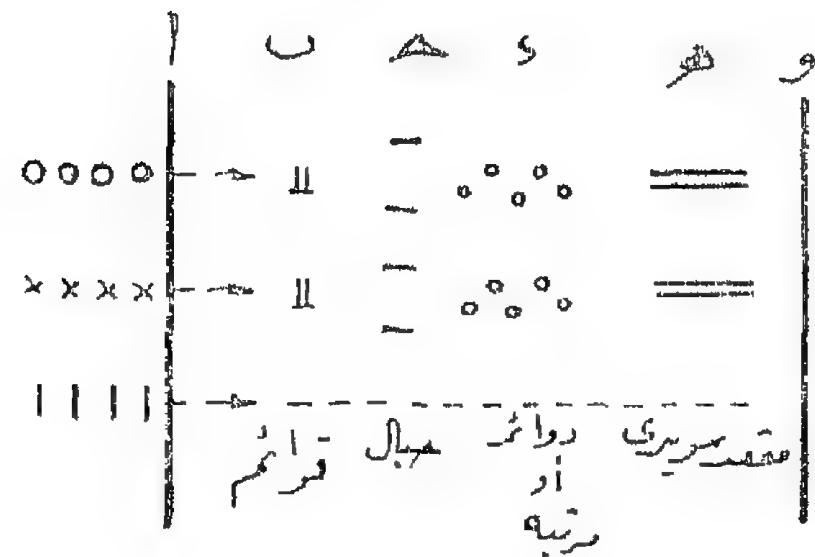
طريقة اللعب :

عند سماع الصفارة يجرى اللاعب الأول من كل فريق ويدخل الطوق من رأسه ويخرجه من رجليه ويتركه على الأرض . ثم يجرى ويثب فوق الحبل . ثم ينقل كيساً من دائرة لأخرى ويجرى للأمام ليأمس الخط الأخير ثم يلف حول

الدائرة الخلفية ويعود لفريقه ، فيلمس اللاعب الثانى ويتخذ مكانا فى المؤخرة فيكرر اللاعب الثانى نفس الخطوة .

وتنتهى اللعبة عند ما يعود اللاعب الأخير ويلمس الدليل فيرفع ذراعه عاليا ورق رأسه .

٩٠ - الموانع المتنوعة



(شكل ٢٤)

الملعب :

خطان متوازيان بينهما مسافة قدرها من ٢٠ إلى ٣٠ مترا .

الأدوات :

يوضع بين الخطين المتوازيين وأمام كل فريق قائم وحبل مرتفع عن الأرض قليلا يليه مرتبة (أو دوائر) فمقعد سويدي ويعطى اللاعب الأول من كل فريق حبل .

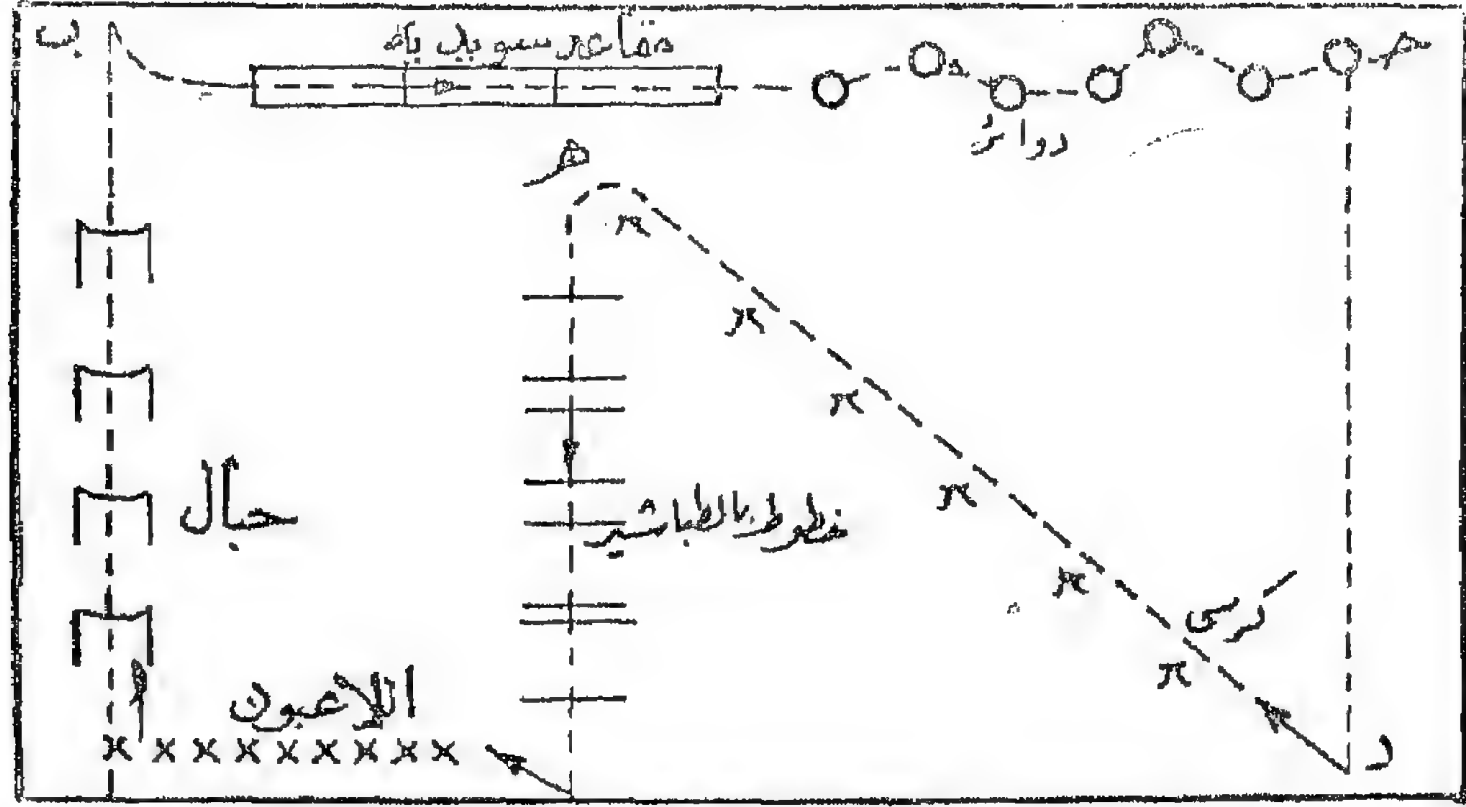
اللاعبون :

أربع فرق عدد كل منها من ٥ إلى ٧ لاعبين يقفون فى قاطرات خلف الخط (١)

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة بالبداية يثب اللاعب الأول فى كل فريق بالحبل متقدما من (١) حتى القوائم (ب) فيلف حولها ثم يتقدم حتى الحبل الثانى (ج) فيمر تحته ثم يثب فوقه . ثم يمر تحته ثانية ويرمى الحبل للاعب الثانى . ويمضى هو نحو المرتبة أو الدوائر فيتدحرج عليها أماما أو يثب من دائرة لأخرى عند (د) . ثم يقفز عدة قفزات كالأرنب على طول المقعد السويدي عند (هـ) . ويكمل الجرى حتى (و) . ثم يعود جريا نحو فريقه فيلمس اللاعب الثانى ليبدأ وهكذا حتى يأخذ كل لاعب دوره .

٩١ - سباق الزمن



(شكل ٢٥)

اللاعب :

مستطيل أو مربع به ست دوائر مرسومة في جهة منه وخطوط موازية مرسومة في جهة أخرى .

الأدوات :

كراسي أو مقاعد موضوعة على خط وحبال .

اللاعبون :

يقف اللاعبون في صف على خط البداية ويتسابقون واحدا واحدا بالطريقة الآتية :

طريقة اللعب :

(١) مضمار (١) الوثب فوق حبل والمرور تحت آخر ، وإذا كانت الحبال غير موجودة فيمكن وضع تلاميذ في وضع الانحناء أماما والوقوف فتمحا على التوالي .

(٢) مضمار (ب) الجرى على مقعد سويدي موضوع بالطول أو بين خطين متقاربين مرسومين على الأرض .

(٣) مضمار (ج) الوثب من دائرة لأخرى دون لمس الأرض بينهما .

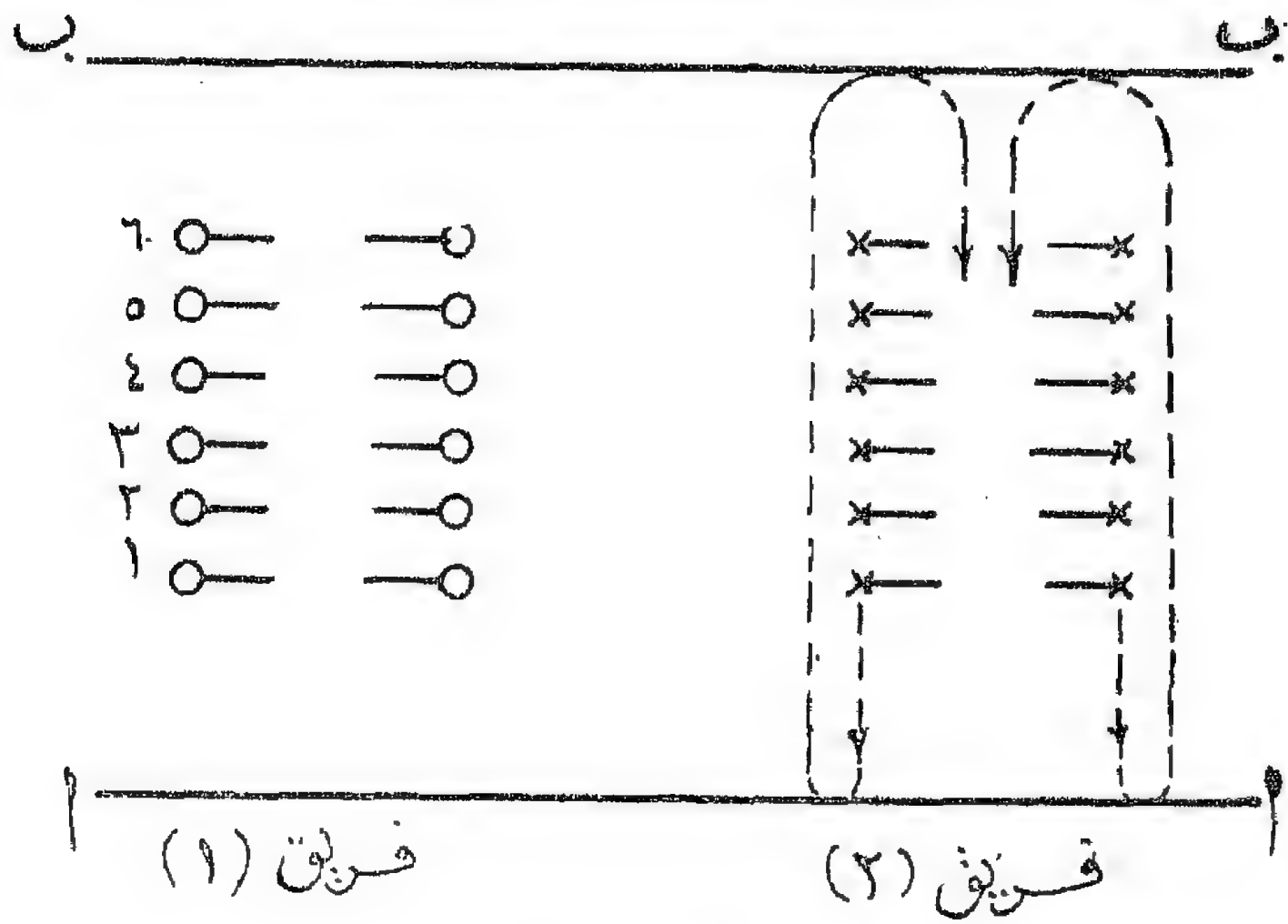
(٤) مضمار (د) الجرى أماما .

(٥) مضمار (هـ) الوثب فوق كراسي موضوعة في خط .

(٦) ثم الوثب فوق خطوط مرسومة بالطباشير على مسافات مختلفة .

يحسب المدرس الزمن الذي يستغرقه كل فرد في القيام بنواحي السباق ويسعى كل أن يضرب رقمه مرة أخرى وثالثة وهكذا .

٩٢ - الوثب فوق الأرجل



(شكل ٢٦)

الملعب :

خطان متوازيان بينهما مسافة قدرها من ١٠ إلى ٢٠ مترا

اللاعبون :

جماعتان أو أكثر عدد كل منهما من ٦ إلى ٨ لاعبين بحيث يجلس لاعبو كل جماعة مثنى ، أى فى صفين متواجهين ، مع مد الرجلين أماما .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة بالبداية يقف الزوج الأول ويجريان إلى الخط (أ) ثم يلفان للخارج كما هو موضح بالرسم ، حتى يصلا إلى الخط (ب) . ثم يجريان بين الصفين مع الوثب فوق أرجل اللاعبين الجالسين حتى مكانهما فى المقدمة . ويجرد ما يأخذ الزوج الأول مكانه يبدأ الزوج الثانى فى الجرى بنفس الطريقة مبتدئا بالوثب فوق أرجل الزوج الأول وهكذا حتى يأخذ كل زوج دوره .

الفريق المنتهى أولا يعد فائزا .

٩٣ — الضفدعة

اللاعبون :

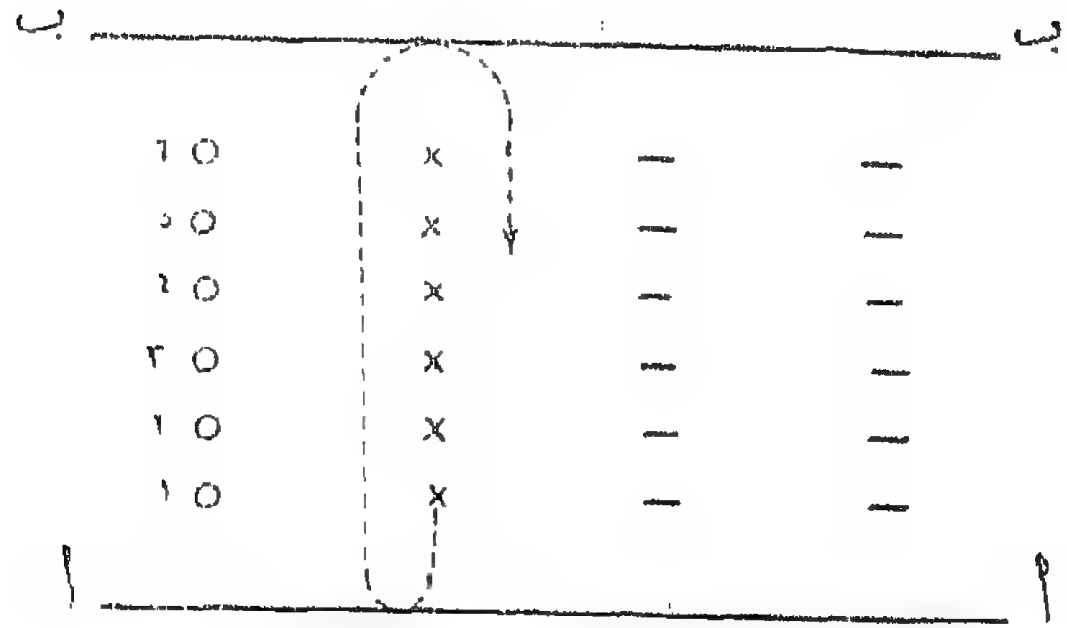
أربع فرق عدد كل منها من ٦ إلى ١٠ لاعبين ، يقفون فى قاطرات ، بحيث تقف الأرقام الفردية فى كل قاطرة مع تباعد القدمين ، والأرقام الزوجية مع انحناء الجذع أماما ، ويقف آخر لاعب فى كل قاطرة خلف خط مرسوم .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة بالبداية يجرى اللاعب الأخير ويدخل بين أرجل اللاعبين الواقفين فتجا ، ويقفز فوق ظهور اللاعبين الذين فى وضع الانحناء . ثم يأخذ مكانه فى المقدمة (فى وضع يختلف عن وضع اللاعب الأول) وينادى ” واصل ” فيبدأ اللاعب الذى يليه فى الترتيب فى المؤخرة ، وهكذا حتى يأخذ كل لاعب دوره ويعود كل فى مكانه الذى بدأ منه .

والفرقة التى تصل أولا ويقف جميع أفرادها أولا تعد فائزة .

٤ هـ — الوثب فوق العصا



(شكل ٢٧)

الملعب :

خطان متوازيان بينهما مسافة من ١٠ إلى ٣٠ مترا تقريبا .

الأدوات :

عصا لكل فريق .

اللاعبون :

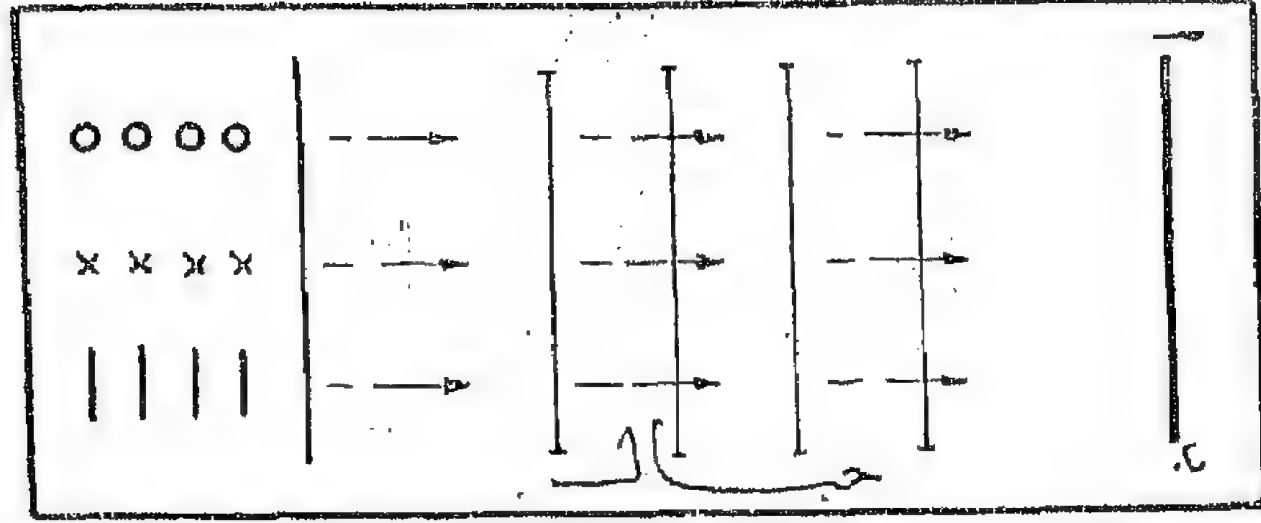
فريقان (أو أكثر) عدد كل منهما من ٥ إلى ١٠ لاعبين ، يقفون في قاطرتين بين الخططين (كما هو موضح بالرسم) .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة بالبداية يجري اللاعب الأول من كل فريق ممسكا بالعصا ويلمس الخط (١) بها . ثم يدور يمينا ويعود ممسكا بها على ارتفاع قليل نحو قاطرته ليثبت فوقها كل لاعب بالترتيب . ثم يلمس بها خط (ب) ويعود للمقدمة ثانية ، ويعطى العصا للاعب الثاني ويقف الأول في نهاية القاطرة .

ويستمر كل لاعب بهذه الطريقة حتى يأخذ كل دوره . وبعد انتهاء الأخير من دورته يعطى العصا للاعب الأول وتنتهي اللعبة بذلك .

٩٥ - قفزة الأرنب



(شكل ٢٨)

الملعب :

مستطيل مساحته ١٠ × ٢٠ مترا يرسم في ناحية منه خط للبدء ، وفي الناحية الأخرى خط آخر للنهاية .

الأدوات :

أربعة حبال توضع على ارتفاع قليل من الأرض .

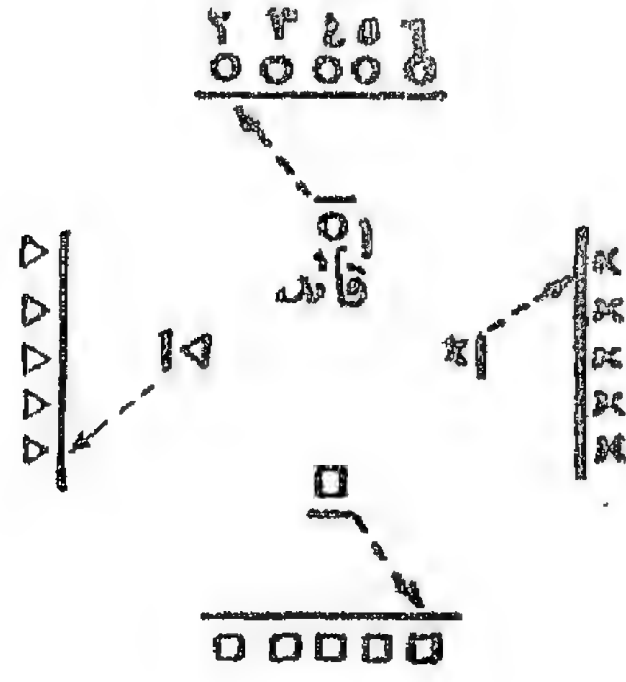
اللاعبون :

أربع فرق عدد كل منها من ستة إلى ثمانية لاعبين ، يقفون في قاطرات خلف خط البداية .

طريقة اللعبة :

عند سماع الإشارة بالبدء يبدأ اللاعب الأول من كل فريق بالجري تحت الحبل الأول . ثم يقلد قفزة الأرنب بأن تننى الركبتان وتوضع اليدين معا على الأرض مع رفع القدمين معا عن الأرض في نفس الوقت . وعندما تهبط القدمان ترتفع اليدين وهكذا ويكون القفز فوق الحبل الثاني . ثم يمر تحت الحبل الثالث وهكذا حتى يصل إلى الخط (١ ب) . ثم يعود بنفس الطريقة حتى يصل إلى خط البدء ويلبس اللاعب الثاني فيكرر نفس ما عمله اللاعب الأول . وهكذا حتى يأخذ كل لاعب دوره .

٩٦ - الرى فى المربع



(شكل ٢٩)

الملعب :

أربعة خطوط مرسومة على شكل مربع طول كل ضلع فيه ٦ أمتار تقريبا .

الأدوات :

كرة قدم أو كرة تنس لكل فريق .

اللاعبون :

أربع فرق يقف كل فريق منها على خط وأمامه الزعيم (١) كما فى الرسم .

طريقة اللعب :

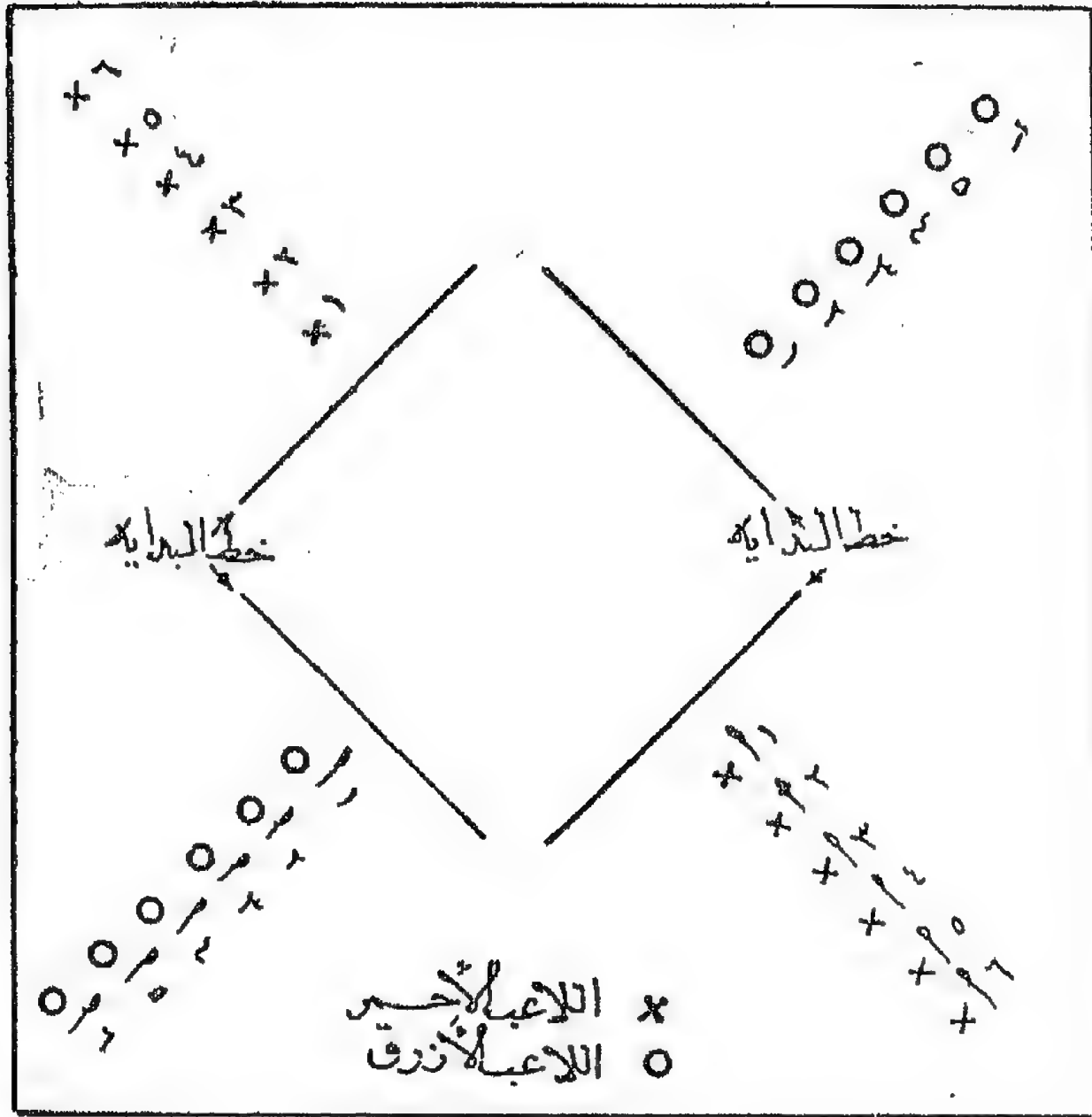
عند إعطاء الإشارة بالبند ىرمى الزعيم الكرة للاعب الأول فيرجعها إليه .
ثم للاعب الثانى وهكذا لكل لاعب من فريقه بالترتيب . وعند ما تصل الكرة
إلى آخر لاعب يجرى بها ، ويأخذ مكان الزعيم بينما يجرى الزعيم ويقف بجانب
اللاعب الأول . ويتحرك الصف كله خطوة واحدة جانبا . وتستمر اللعبة مع الزعيم
الحديد وتكرر حتى يأخذ كل لاعب دوره كزعيم . ويعود الجميع لأماكنهم الأصلية
والفريق المنتهى أولا يعدّ فائزا .

شروط اللعب :

(١) يكون رمى الكرة باليد . ويكون لقفها في أول الأمر باليدين ثم باليد اليمنى فاليسرى .

(٢) يمكن أن يكون اللعب بالقدم حتى يتدرب اللاعبون على التحكم على الكرة .

٩٧ - تتابع التقاطع



(شكل ٣٠)

اللعب :

مربع طول ضلعه ١٠ أمتار. ويرسم على بعد خمسة أمتار من أركانه أربعة خطوط تقف خلفها الفرق في قاطرات .

الأدوات :

كرتان للقدم تعطى لكل لاعب أول من الفريقين واحدة .

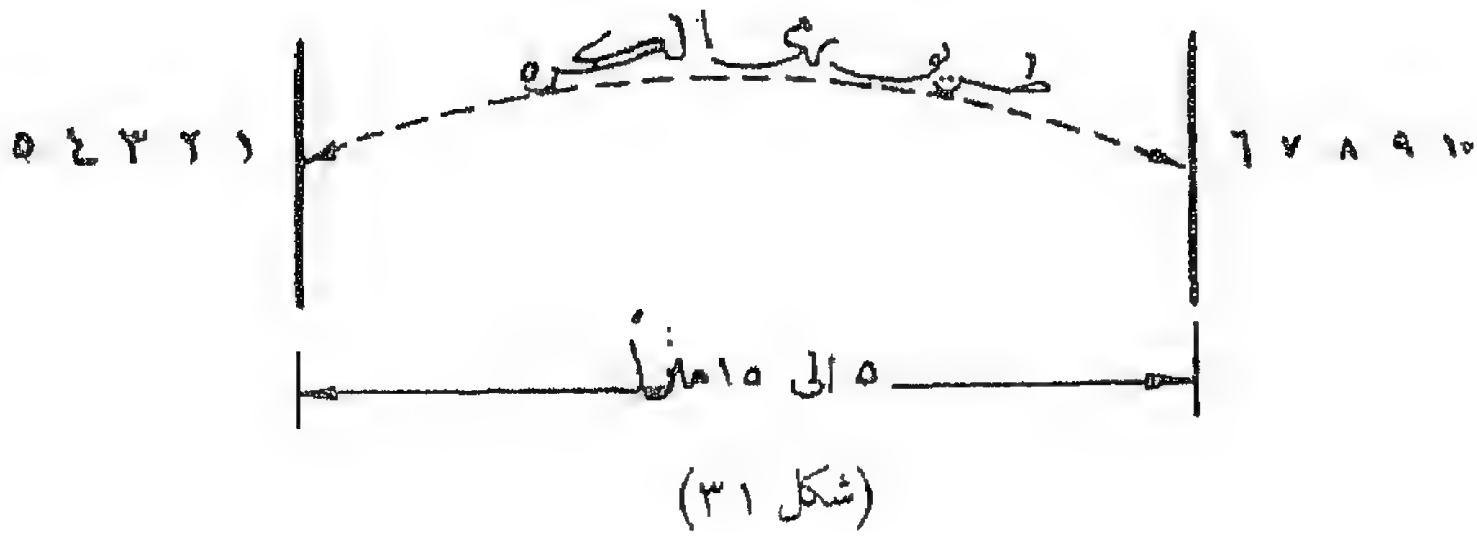
اللاعبون :

فريقان كل منهما مكوّن من ١٢ إلى ٢٠ لاعبا . وينقسم الفريق الواحد إلى قسمين متساويين في قاطرتين على خطين متقابلين .

طريقة اللعب :

عند الإشارة بالبديء يرمي اللاعب الأول من كل فريق الكرة لزميله المقابل له . ثم يجري ليقف خلف القاطرة وراء اللاعب الأخير . وعند ذلك يتقدم اللاعب الثاني (٢) خطوة أماما لخط البداية ليتسلم الكرة . وبالمثل يجري اللاعب المقابل ليقف في مؤخرة القاطرة بعد رمي الكرة . وتنتهي اللعبة عند ما تعود الكرة في أيدي اللاعبين الأولين . ويمكن رمي الكرة ولقفها باليدين أو بيد معينة .

٩٨ - ارم واجلس



الملعب :

يرسم خطان متقابلان تكون المسافة بينهما نحو عشر أمتار .

الأدوات :

كرة تنس أو كرة قدم لكل فريق .

اللاعبون :

يقسم كل فريق نفسه إلى قسمين ٦ بحيث يقف القسمان متواجهين و بينهما الخطان المرسومان .

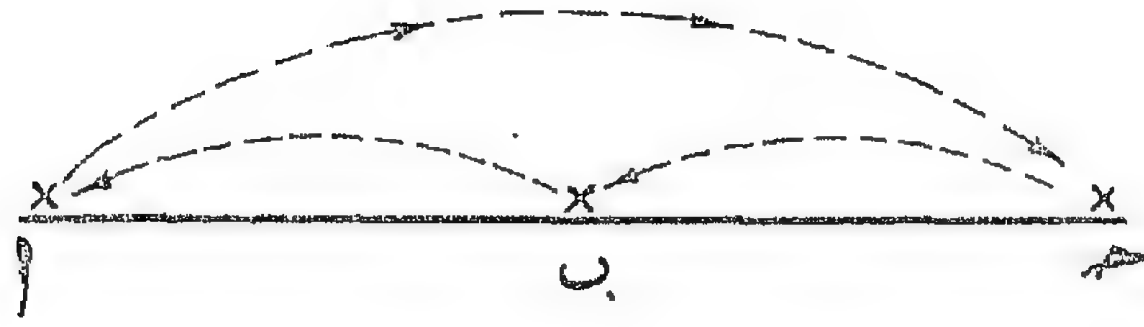
طريقة اللعب :

يرمى رقم ١ الكرة إلى رقم ٦ ويجلس مباشرة بعد الرمي ، ثم يرميها رقم ٦ إلى رقم ٢ وهكذا تنتهي اللعبة عند ما يقف رقم ١ على قدميه بعد استلامه الكرة من رقم ١٠

شروط اللعب :

- (١) يرمى اللاعب الكرة وهو واقف بيده اليمنى (أو اليسرى) ثم يجلس .
- (٢) تلقف الكرة باليدين (وبعد أن ينتهي اللاعبون من الرمي والتلقف باليدين يحدّد اللقف باليد اليمنى أو اليسرى) .

٩٩ - الثلاث لقفات



(شكل ٣٢)

الأدوات :

كيس حب أو كرة لكل فريق .

اللاعبون :

يقسم اللاعبون إلى فرق يتكوّن كل منها من ثلاثة لاعبين يقفون على خط مستقيم . وبين كل لاعب وآخر من ٣ إلى ٥ أمتار . وتقف الفرق بعضها خلف بعض .

طريقة اللعب :

عند سماع الصفارة يبدأ لاعب الوسط (ب) برمي الكرة إلى اللاعب الأول (أ) فيرميها عالية إلى (ح) ويرميها هذا بدوره إلى اللاعب الأول (ب) . وتعدّ هذه دورة . ويستمر اللعب حتى يكمل الفريق عشرة دورات بدون خطأ فيجاس .

شروط اللعب :

- (١) إذا وقعت الكرة من لاعب على الأرض عند لقفها فيبدأ الفريق الدورة من جديد .
- (٢) يجب أن يقف اللاعبون في أماكنهم ولا يتحركون للداخل .
- (٣) يمكن تغيير أماكن اللاعبين في الفريق بعد كل دورة .
- (٤) الفريق الفائز هو الذي ينتهي من دوراته العشرة قبل الآخرين وتعطى له نقطة .

١٠٠ — الاستلام والإرسال

			٢ متر	٢ متر	٣ متر	
٥ رسم						
٥ رسم						
٥ رسم						

(شكل ٣٣)

الملعب :

يرسم خط بعرض الملعب يسمى خط البدء. وعلى بعد ثلاثة أمتار منه يرسم خط مواز له . ثم على مسافة قدرها مترين تقريبا ترسم خمسة خطوط موازية .

الأدوات :

كرة سلة أو كرة طائرة أو كرة تنس أو كيس حب لكل فريق .

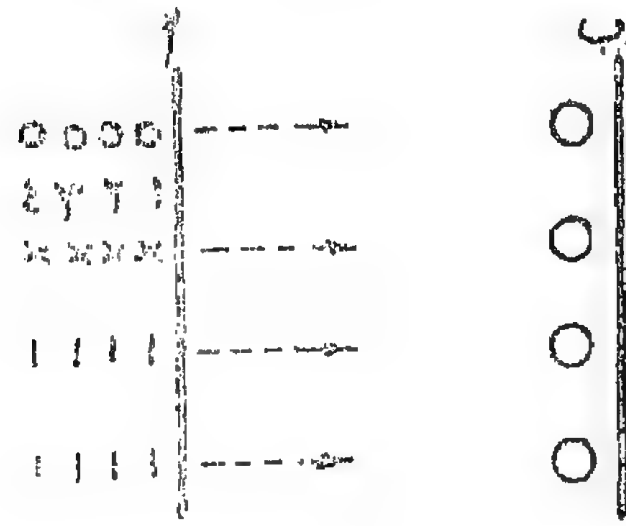
اللاعبون :

فريقان أو أكثر يقف كل منهما في قاطرة خاف خط البداية ، ويرسل من قبله "راميا" يقف أمام الفريق في الجهة المقابلة من الملعب ممسكا الكرة بيديه .

طريقة اللعب :

عند الإشارة يجرى اللاعب الأول من كل فريق أماما للمساحة الأولى ، فيقف فيها ويستلم الكرة التي يرميها له الرامي ، وينتقل جريا بها للمساحة الثانية حيث يعيدها رميا للرامي . ثم ينتقل جريا للمساحة الثالثة حيث يستلم الكرة ثانيا من الرامي ، وأخيرا ينتقل للرابعة فيرمى الكرة للرامي ويعود لفريقه فيلمس اللاعب الثاني . ثم يقف خلف القاطرة ويقوم اللاعب الثاني بما أداه اللاعب الأول . والفريق الذي يعود لاعبه الأخير مكانه أولا يعد فائزا .

١٠١ — تنطيط الكرة ومسكها



(شكل ٣٤)

الملعب :

خطان متوازيان المسافة بينهما من ١٠ إلى ٢٠ مترا

الأدوات :

كرة تنس أو كرة قدم صغيرة لكل فريق .

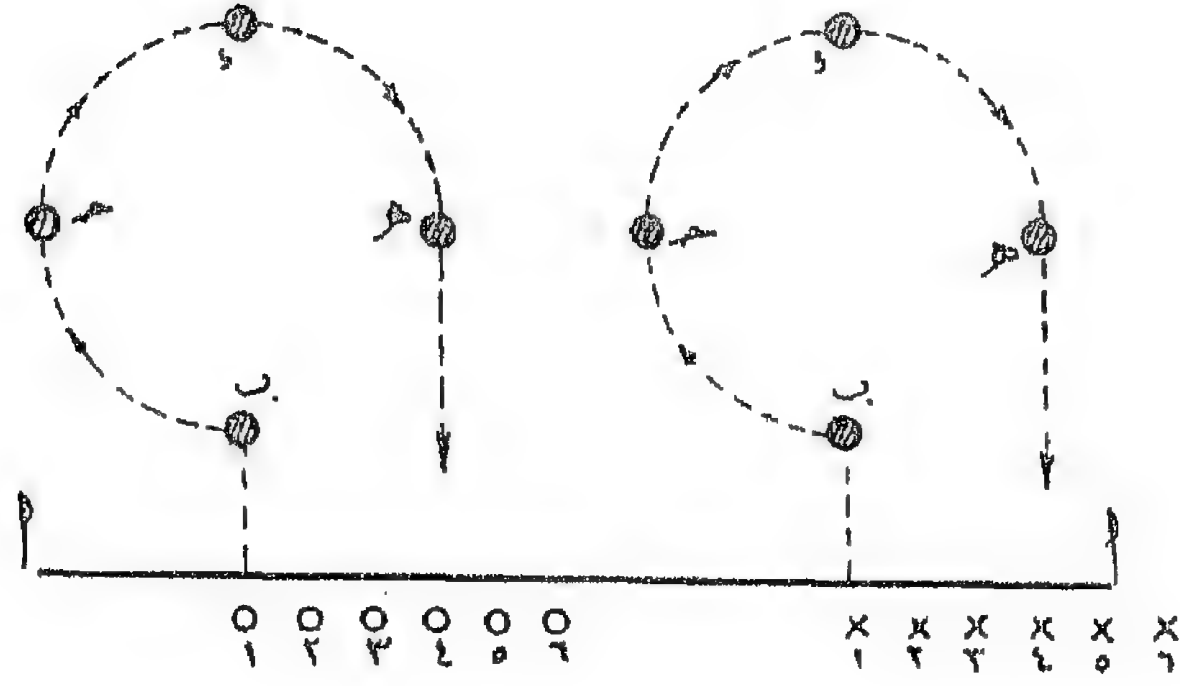
اللاعبون :

أربع فرق كل منها من ٥ إلى ١٠ لاعبين يقفون في قاطرات خلف الخط ١ .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة بالبداية يجرى اللاعب الأول من كل فريق إلى الخط (ب) ، وينطط الكرة مرة ويمسكها ، مكررا هذا ثلاث مرات . ثم يعود بها جريا إلى الخط (أ) ثانية ويعطيها للاعب الثاني ليبدأ ، وهكذا حتى يأخذ كل لاعب دوره .

١٠٢ - تنطيط الكرة في الدوائر



(شكل ٣٥)

الملاعب :

دائرتان كبيرتان قطر كل منهما ٥ أمتار، ترسم على كلتيهما أربع دوائر صغيرة كما في الشكل و يرسم بعيدا عنها خط (١) .

الأدوات :

كرة تنس لكل لاعب .

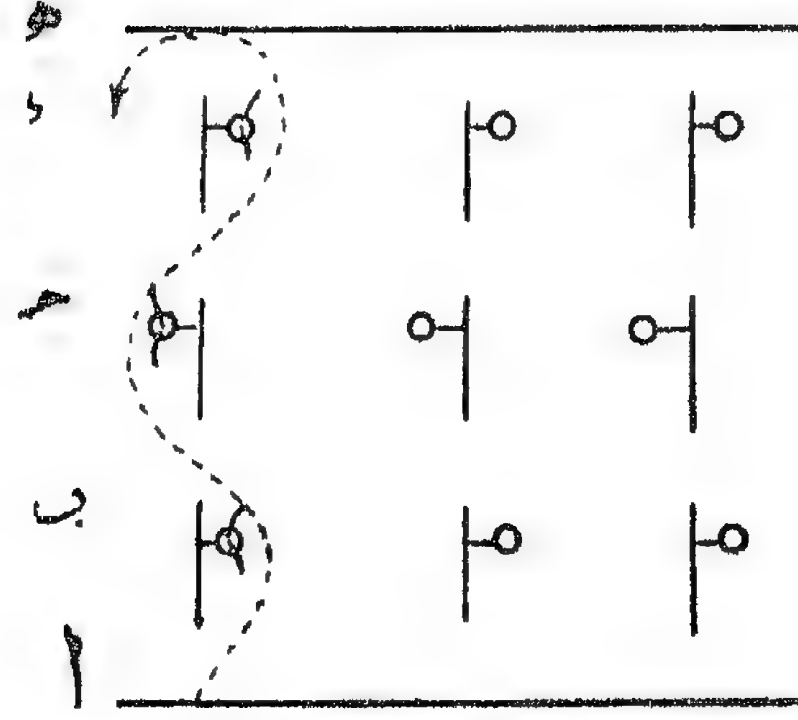
اللاعبون :

فريقي كل منهما من ٩ إلى ١٥ لاعبا يقفون في صفين خلف الخط (١) .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة بالبداية يجري اللاعب الأول من كل فريق حول الدوائر الكبيرة، وينطط الكرة داخل الدوائر الأربعة الصغيرة (ب) ، (ج) ، (د) ، (هـ) عند مروره عليها . ويبدأ اللاعب الثاني بعد أن يترك اللاعب الأول الدائرة (ب) . وهكذا حتى يعود الجميع لأماكنهم .

١٠٣ — الكرة والطوق



○	١	x	—
○	٢	x	—
○	٣	x	—
○	٤	x	—

(شكل ٣٦)

الملاعب :

خطان متوازيان بينهما مسافة من ١٠ إلى ٢٠ مترا .

الأدوات :

طوقان أو ثلاثة لكل فريق ويُسك كل طوق بلاعبين مواجهين ظهرا لظهر .
وكرة قدم أو كرة صغيرة لكل فريق .

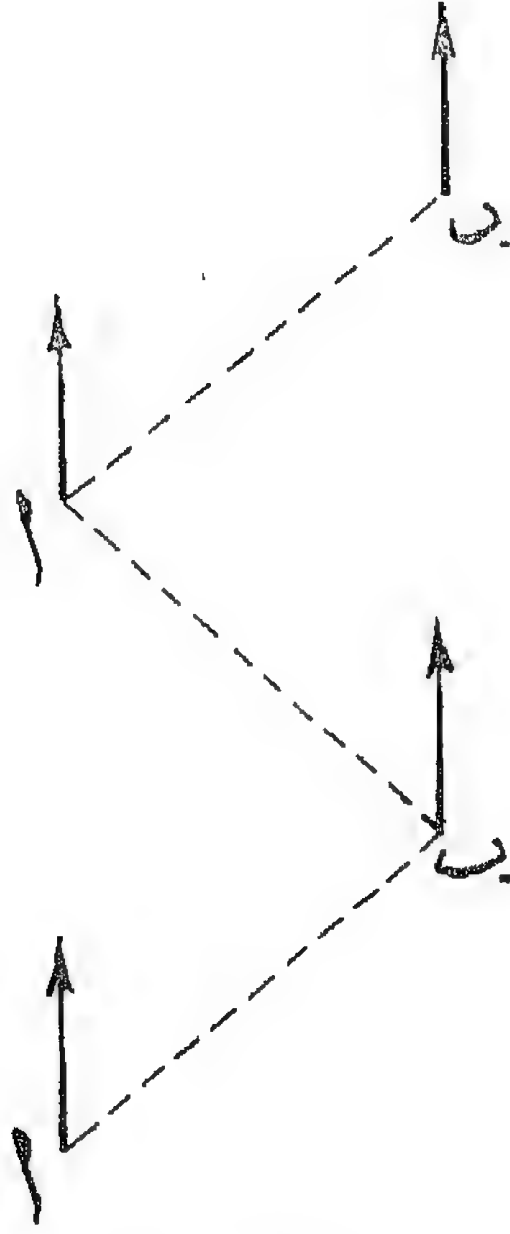
اللاعبون :

فريقان (أو أكثر) عدد كل منهما ٦ إلى ١٥ لاعبا يقفون في قاطرتين
خلف الخط (١) .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة بالبداية يجري اللاعب الأول في كل فريق بالكرة ويرميها داخل
الطوق الأول عند (ب) من الأعلى ، ويجري حول الطوق للقفها في الناحية الثانية
من الأسفل ، ثم يستمر في الجري ويرميها في الطوق الثاني عند (ج) باليد الأخرى
وهكذا حتى يصل إلى (هـ) . ثم يعود جريا ويرمي الكرة إلى اللاعب الثاني لبدأ .
ويأخذ الأول مكانا في المؤخرة . وهكذا حتى يأخذ كل لاعب دوره .

١٠٤ — اجر وارم والقف



(شكل ٣٧)

الملعب :

أربعة خطوط متوازية بطول الملعب يبعد كل منهما عن الآخر بمقدار مترين ،
وخطان بعرض الملعب ، أحدهما خط الابتداء ، والآخر خط النهاية ، بينهما مسافة
قدرها عشرون مترا .

الأدوات :

كرة سلة أو كرة طائرة لكل فريق .

اللاعبون :

فريقان يختار كل منهما خطين متوازيين ، بحيث يقف نصف الفريق على خط
والنصف الآخر على الخط الثاني (مثني مثني) .

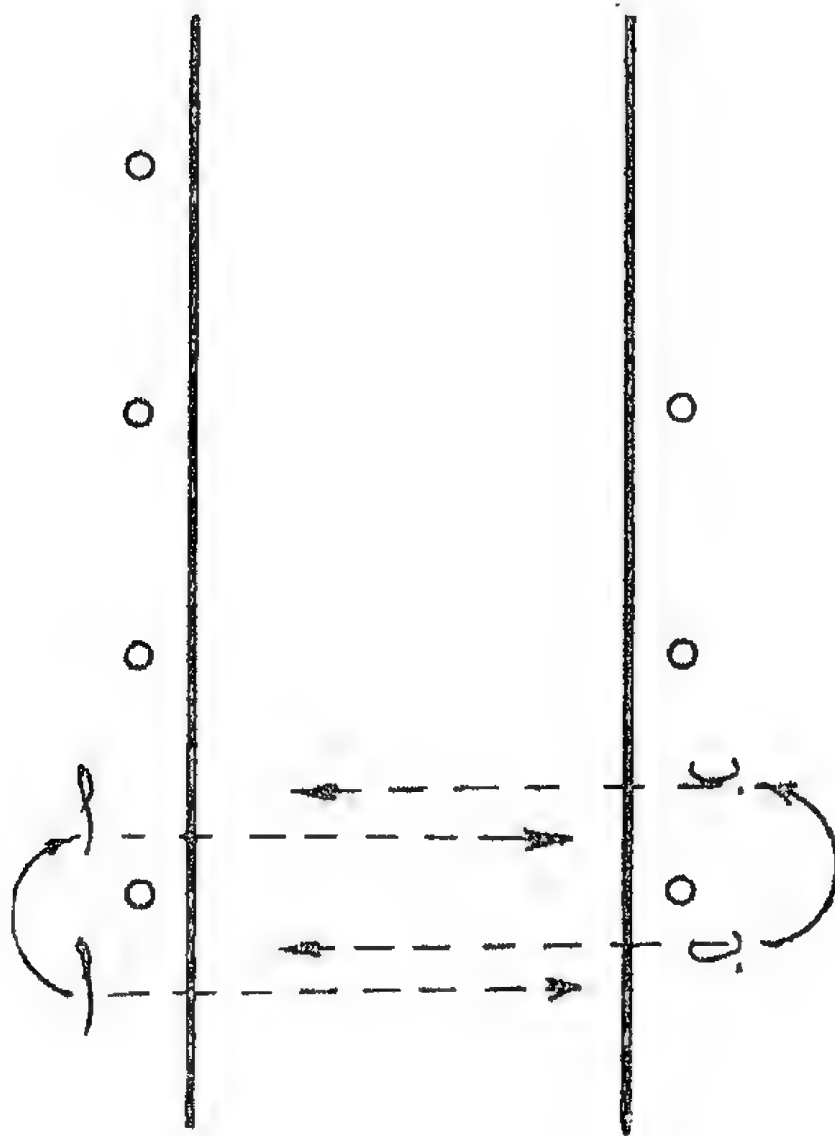
طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة يجرى الزوج الأول من كل فريق للأمام بحيث يسبق أحد اللاعبين الآخر بمقدار متر تقريبا ، ويتبادلان الكرة بالرمي واللقف ثلاث مرات حتى خط النهاية . ثم يعودان بالمثل فيلمسان الزوج الثاني . وهكذا يستمر اللعب حتى نهاية الفريق .

شروط اللعب :

- (١) عدم الجرى بالكرة مطلقا .
- (٢) اذا وقعت الكرة على الأرض فانها ترد للعب في المكان الذي رميت منه .
- (٣) الفريق الفائز يعود مكانه أولا بترتيبه الأصلي .

١٠٥ — غير مكانك



(شكل ٣٨)

الملعب :

خطان متوازيان لكل فريق ، تكون المسافة بينهما مترين تقريبا

الأدوات :

كرة قدم أو سلة لكل فريق .

اللاعبون :

فريقان (أو أكثر) عدد كل منهما من ٨ إلى ١٠ لاعبين ، بحيث يقف أفراد كل فريق على خطين متوازيين ومواجهين للداخل .

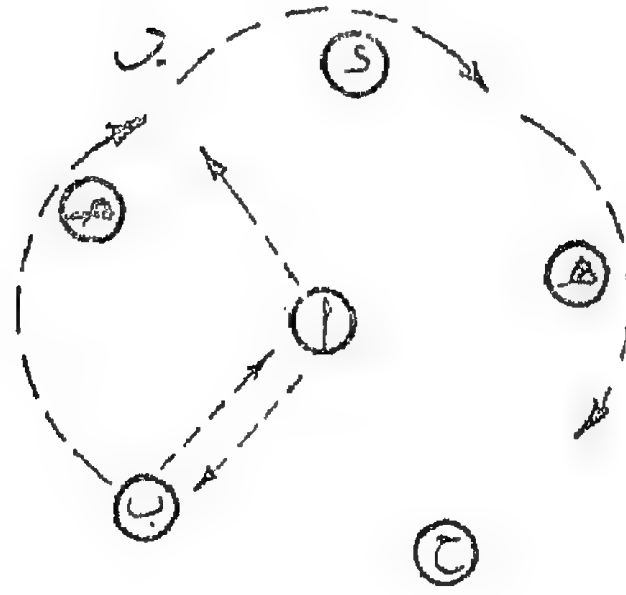
طريقة اللعب :

يبدأ اللعب بأن يرمي (١) الكرة إلى (ب) ، ثم يجري كلاهما للمسافة التالية للاعبين (ج) و (د) حيث يرمي (ب) الكرة إلى (١) ، ثم يجريان للمسافة التالية . وهكذا حتى يصلان نهاية الخطين المتوازيين . وفي نفس الوقت يأخذ كل لاعب خطوة للجانب ليفسح مكانا لهما . ثم تمرر الكرة من لاعب لآخر حتى تصل (ج) في أول الصف ، فيقوم هو و (د) بما عمله (١ ، ب) .

شروط اللعب :

- (١) يكون تمرير الكرة ولقفيها في المسافات .
- (٢) تكون المسافات بين اللاعبين متساوية حتى يسهل الانتقال .
- (٣) يمكن بعد الانتهاء من تمرير الكرة الرجوع بنفس الطريقة أى بتمرير الكرة ولقفيها بين كل اثنين .
- (٤) الفريق الفائز يعود لمكانه وترتيبه الأصلي أولا .

١٠٦ — التمرير في الفراغ



(شكل ٣٩)

الملعب :

أربع دوائر — لكل فريق دائرة — نصف قطر كل منها ٤ أمتار تقريبا .

الأدوات :

كرة قدم أو كرة سلة تعطى لزعيم كل فريق .

اللاعبون :

أربع فرق عدد كل منها من ٦ إلى ٩ لاعبين . ويقف زعيم كل فرقة في مركز دائرته ، ويوزع أفراد فريقه على محيطها .

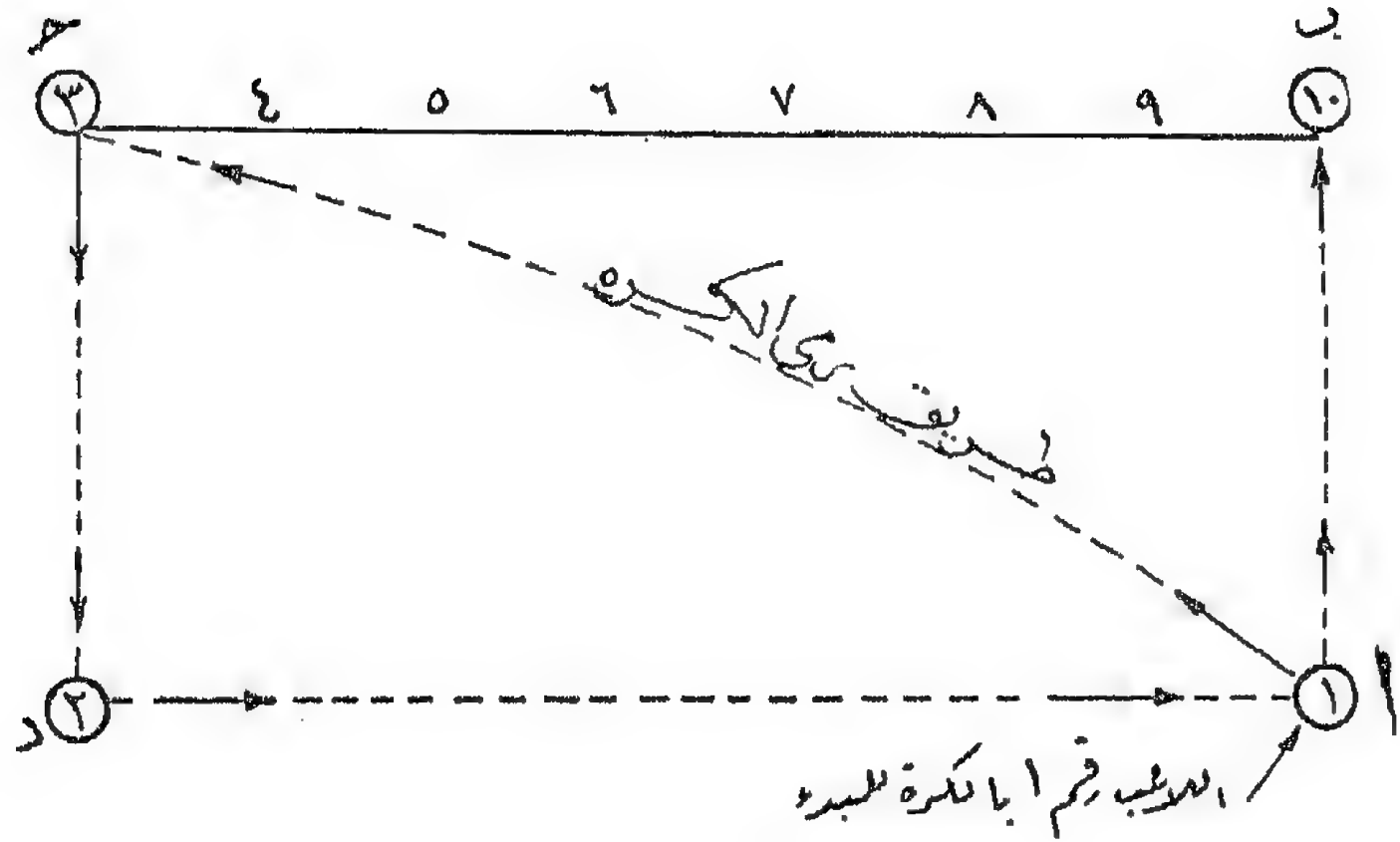
طريقة اللعب :

يرمي الزعيم (١) بالكرة إلى اللاعب (ب) فيردها ثانية إلى الزعيم ، ويمرر خلف اللاعب (ج) ليلقف الكرة ثانية بين اللاعبين (ج ، د) ويعيدها للزعيم ثانية . ثم يمرر للمسافة بين (د ، هـ) ، وهكذا حتى يعود لمكانه الأصلي . وفي هذا الوقت يبقى اللاعبون (ج ، د ، هـ ، ح) في أماكنهم . ثم يبدأ الزعيم في تمرير الكرة إلى اللاعب (ج) ويلف بنفس الطريقة ويتلقف الكرة ويعيدها للزعيم في كل فراغ . وبنفس الطريقة تستمر اللعبة مع (د ، هـ ، ح) أي كل بدوره .

شروط اللعب :

- (١) تكون المسافات بين اللاعبين متساوية .
- (٢) يكون لقف الكرة وتميرها في المسافات واحدة بعد الأخرى .
- (٣) اذا خرجت الكرة خارج الدائرة تعاد اللعب من نفس المكان الذي خرجت منه .
- (٤) الفريق الفائز هو الذي ينتهي أولا .

١٠٧ - الأركان



(شكل ٤٠)

الملعب :

مستطيلان مساحة كل منهما ٦×١٢ مترا تقريبا ، وفي كل ركن من أركانها دائرة نصف قطرها $\frac{١}{٢}$ متر تقريبا . وتسمى الدوائر (١ ٢ ٣ ٤) .

الأدوات :

كرة قدم أو كيس حب .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما نحو عشرة لاعبين ، ولكل فريق مستطيل بحيث يقف اللاعب الأول في الدائرة (١) واللاعب الثانى في الدائرة (د) واللاعب الثالث في الدائرة (ج) واللاعب الأخير (العاشر) في الدائرة (ب) .

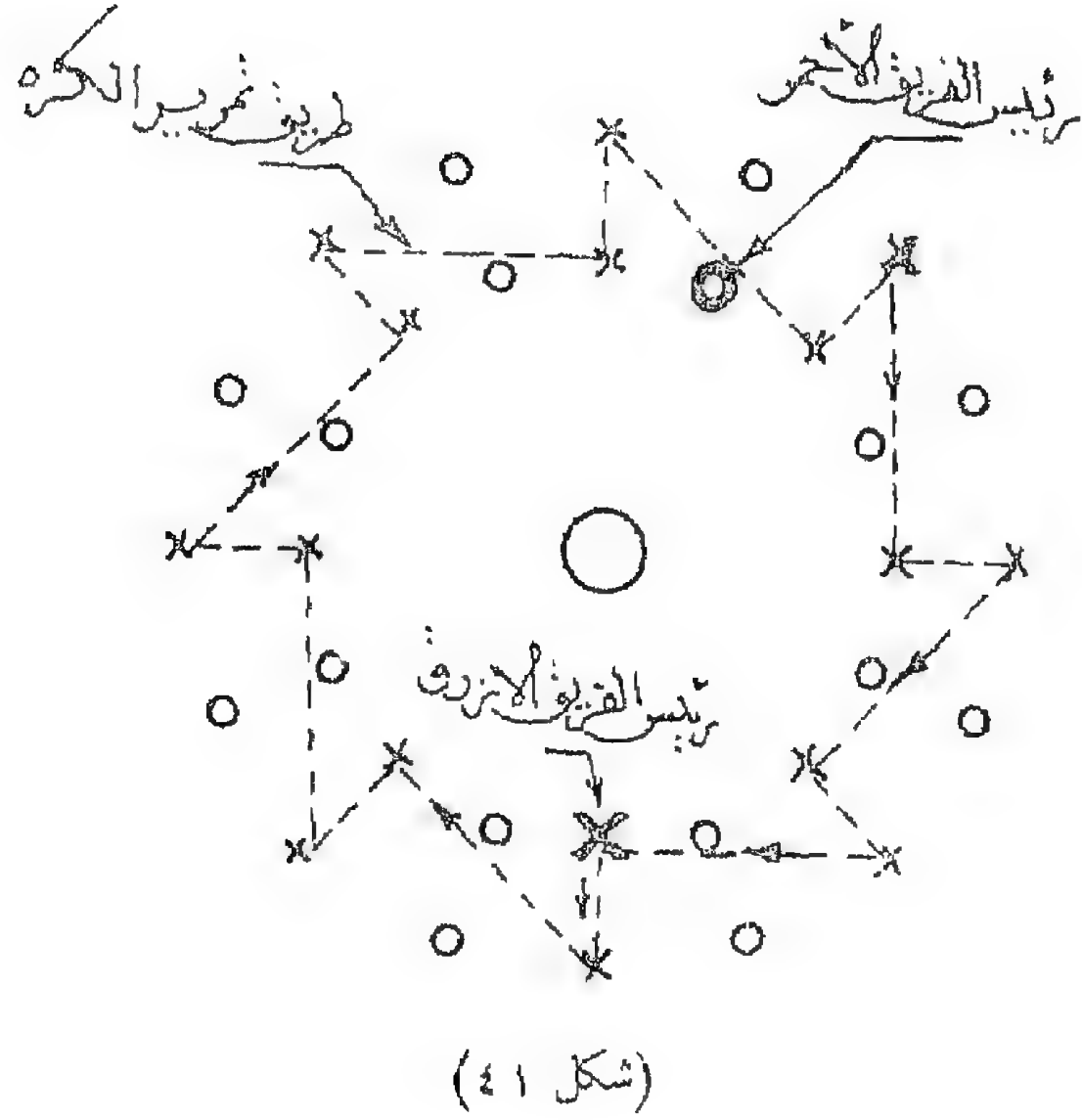
طريقة اللعب :

يمسك اللاعب رقم ١ من كل فريق الكرة أو كيس الحب وعند سماع الإشارة يرميها لرقم ٣ ويجرى للدائرة (ب) وفي نفس الوقت يجرى رقم ٢ ويقف داخل الدائرة (١) وعند ما يتسلم رقم ٣ الكرة يجرى إلى الدائرة (د) ويرميها إلى رقم ٢ في الدائرة (١) وحينئذ يرميها رقم ٢ إلى رقم ٤ الذى تحرك في هذا الوقت إلى الدائرة (ج) وهكذا حتى يأخذ كل لاعب دوره .

شروط اللعب :

- (١) ترمى الكرة من داخل الدائرة .
- (٢) يكون الجرى عقب استلام الكرة مباشرة .
- (٣) يتحرك الواقفون على الخط (ب ج) خطوة جانبية نحو (ج) .
- (٤) الفريق الفائز هو الذى يعود لترتيبه الأصلي فى الملعب قبل الفريق الآخر .

١٠٨ — تمرير الكرة داخل الدائرة



الملعب :

دائرتان متداخلتان نصف قطر الكبرى ٨ أمتار تقريبا والصغرى ٦ أمتار .

الأدوات :

كرة قدم لكل فريق .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ١٢ إلى ١٦ لاعبا ، ويقسم كل فريق إلى نصفين ، يقف كل نصف على دائرة مواجهين المركز . ويقف رئيسا الفريقين على الدائرة الداخلة بحيث يكونان في جانبيين متقابلين فيها .

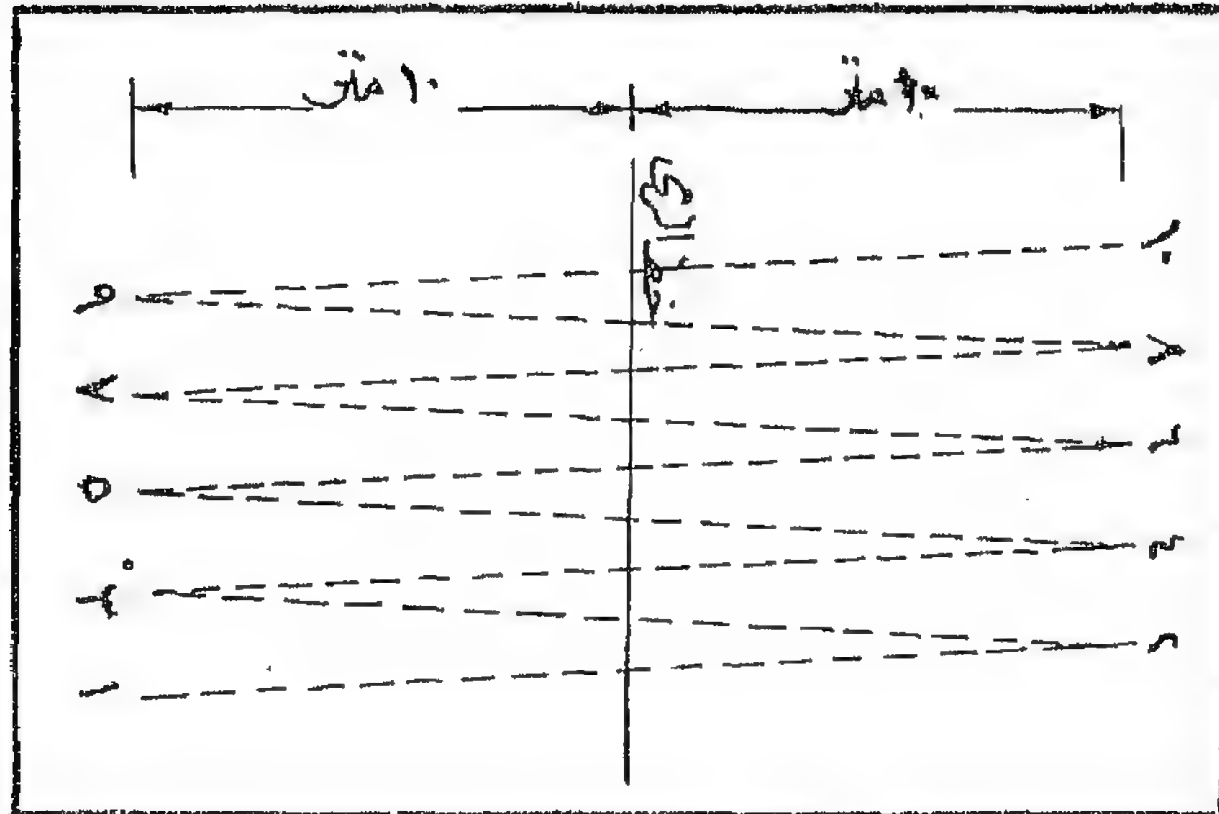
طريقة اللعب :

يمسك رئيس كل فريق الكرة . وعند سماع الإشارة بالبداية يرميها خلف رأسه لزميله الذى خلفه فى الدائرة الخارجة ، فيرميها الأخير بميل ليسار إلى اللاعب التالى من فريقه فى الدائرة الداخلة ، ويرميها هذا لزميله فى الدائرة الخارجة . وهكذا تتحرك الكرة حول الدائرتين حتى تعود إلى رئيس الفريق فيجربى بها إلى مركز الدائرة .

شروط اللعب :

- (١) يكون تمرير الكرة فى آن واحد بنفس الطريقة أى للخلف ثم الأمام بميل .
- (٢) يكون تمرير الكرة مرة لليسار ومرة ثانية لليمين .
- (٣) إذا وقعت الكرة تعاد ثانية لآخر لاعب رماها .
- (٤) الفريق الفائز هو الذى يصل رئيسه أقولا إلى مركز الدائرة ومعه الكرة .

١٠٩ — تنطيط الكرة عاليا



(شكل ٤٢)

الملعب :

ثلاثة خطوط متوازية يبعد كل منها عن الآخر بمقدار عشرة أمتار . ويسمى الخط الأوسط منها خط الرمى .

الأدوات :

كرة سلة أو كرة طائرة لكل فريق .

اللاعبون :

فريقان أو أكثر عدد كل منهما من ستة إلى عشرة لاعبين ، يقف نصفهم على خط والنصف الآخر مقابلا له على الخط الثانى و بينهما خط الرمى .

طريقة اللعب :

يمسك اللاعب الأول من كل فريق الكرة . وعند الإشارة يرميها عاليا وينططها بيده للأعلى فى أثناء جريه نحو اللاعب الثانى حتى إذا ما وصل إلى خط الرمى يرميها عاليا بيد ويضربها بكف اليد الأخرى ضربة سفلية (أى من الأسفل للأعلى) للاعب الثانى ، ثم يعود مكانه .

و يمسك اللاعب الثانى الكرة ، وينططها عاليا من خطه حتى خط الرمى متجها نحو اللاعب الثالث ، وهنا يضربها له بكفه . وهكذا يستمر اللعب حتى آخر لاعب فى الفريق . ثم فى اتجاه عكسى حتى تصل الكرة للاعب الأول . والفريق الفائز هو الذى تصل كرتة أولا .

شروط اللعب :

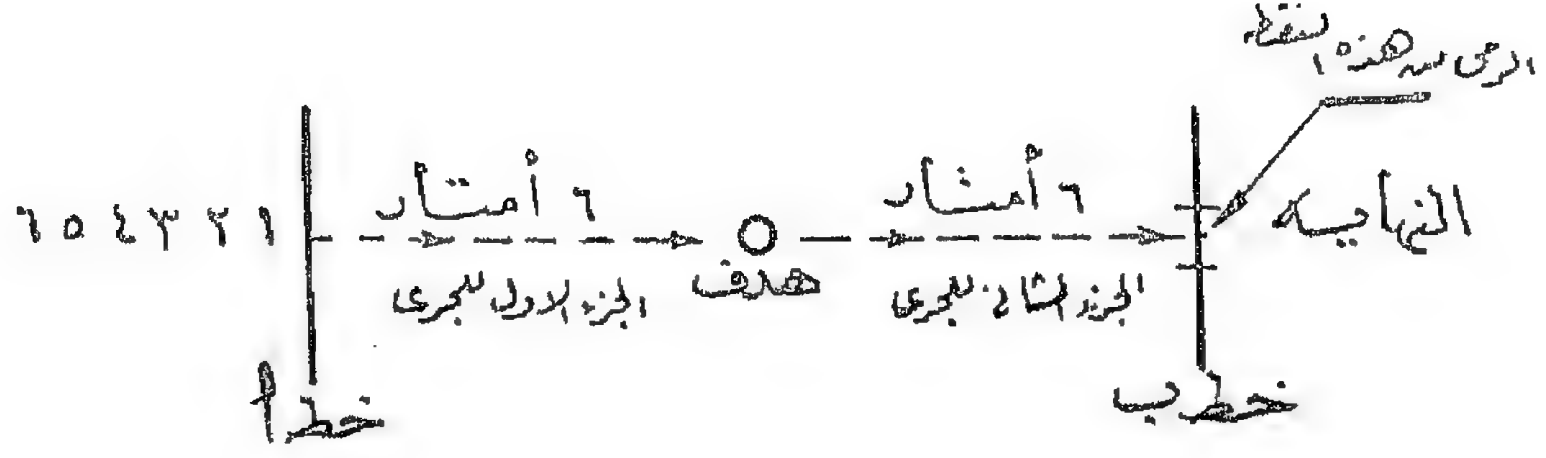
(١) يكون تنطيط الكرة للأعلى بنخفة فوق ارتفاع الرأس وباليد المفتوحة .

(٢) إذا سقطت الكرة على الأرض فى أثناء تنطيطها فعلى اللاعب نفسه أن يستردها ويبدأ من جديد فى خط البداية .

(٣) يكون ضرب الكرة للاعب التالى عند خط الرمى .

(٤) يمكن اللعب بالكرة عند خط الرمى برميها باليدين رمية سفلية (بمرجحة الذراعين من أسفل لأعلى) للاعب التالى أو رمية فوق الرأس (بمرجحة الذراعين عاليا أسفل) .

١١٠ - إصابة الهدف



(شكل ٤٣)

الملعب :

يرسم خطان قصيران مواز بعضهما بعضا و بينهما مسافة ١٢ مترا . وترسم في منتصف المسافة بينهما دوائر قطر كل منها نصف متر (يمكن وضع سلة مكانها) ولكل فريق دائرة .

الأدوات :

كيس حب أو كرة صغيرة لكل فريق

اللاعبون :

فريقان أو أكثر يقفان في قاطرتين على خط البداية .

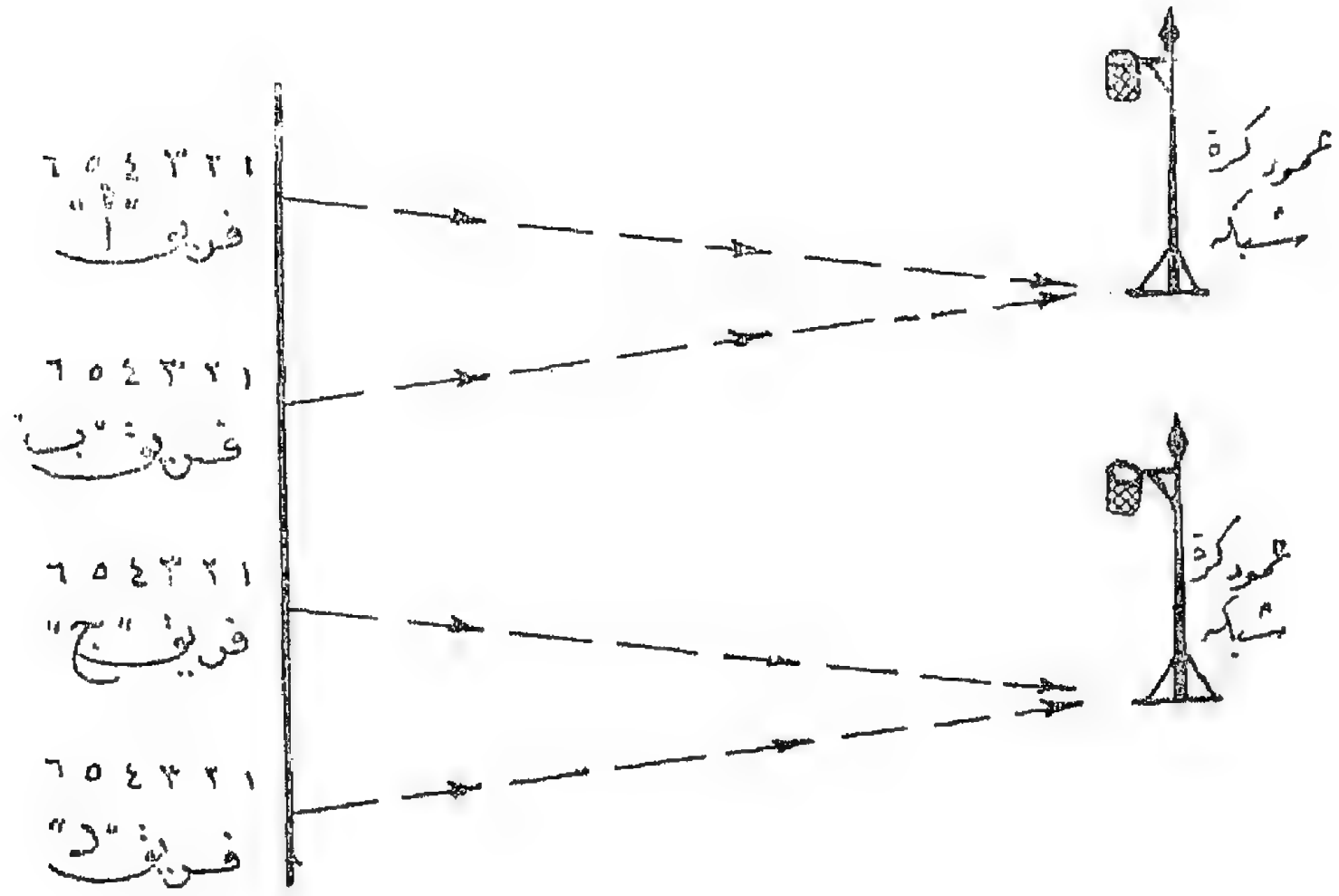
طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة يجرى اللاعب الأول وفي يده الكيس إلى خط النهاية ، وفي نفس الوقت يجرى اللاعب الثاني إلى الدائرة (أو السلة) . وعندما يصل اللاعب الأول يواجه الدائرة ويحاول رمي الكيس الذي معه داخلها . ثم يتحرك خطوة جانبا ليفسح مكانا للاعب الثاني . وعندما يلمس الكيس الهدف يلتقطه اللاعب الثاني و يجرى إلى خط النهاية . ثم يرمي الكيس في حين يقف رقم ٣ بجوار الدائرة . وهكذا يستمر اللعب .

وتنتهى اللعبة عندما يترك اللاعب الأخير المهدف ويجرى اللاعب الأول اليه .
وعندما يرمى اللاعب الأخير الكيس يلتقطه اللاعب الأول ويبتدى به إلى خط
النهاية . ويتنهي بذلك السباق .

وتحتسب لكل لاعب نقطتان إذا أصاب المهدف بالكيس . والفريق المنتهى
أولا يمنح أربع نقط على سرعته . وبذا يكون الفريق الفائز هو الحائز على أكبر
عدد من النقاط .

١١١ — الرمي على السلة



(شكل ٢٤)

الملعب :

ملعب كرة السلة أو كرة الشبكة لاستخدام القوائم .

الأدوات :

كرة قدم أو كرة سلة لكل فريق .

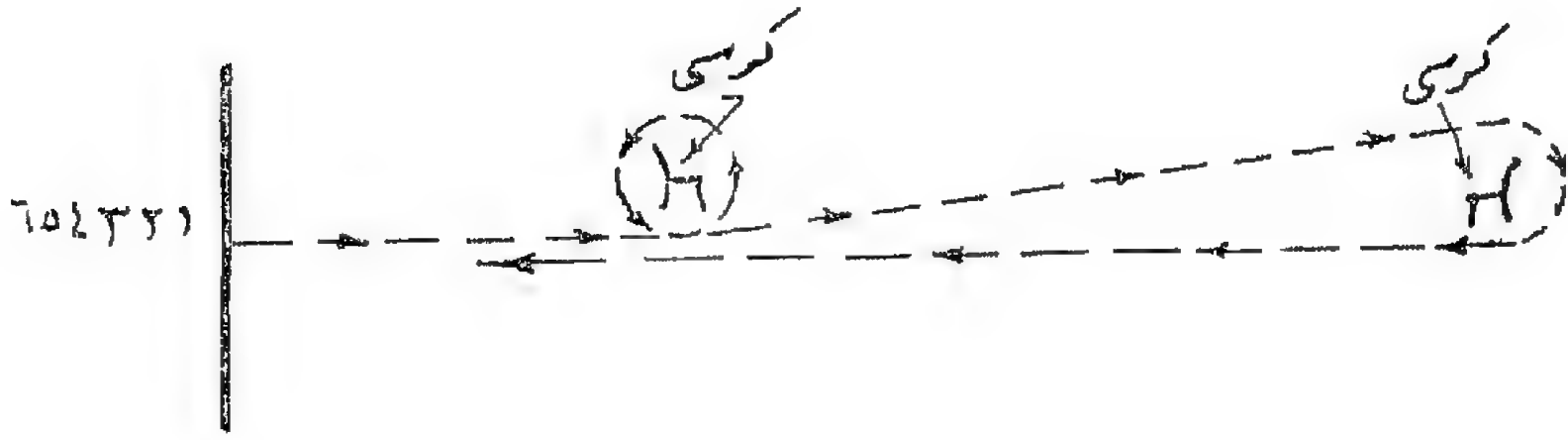
اللاعبون :

فريقان (أو أربع فرق) عدد كل منهما من ١٠ إلى ١٥ لاعبا ، ويقف كل فريق في قاطرة ويستخدم قائما لكرة السلة .

طريقة اللعب :

يجرى اللاعب الأول من كل فريق بالكرة حتى مسافة معينة من القائم ويرميها على الهدف . ثم يلقيها ويرميها للاعب الثاني . وعندما ينتهي اللاعب يأخذ مكانا في نهاية القاطرة ، ويتبعه اللاعب الثاني وهكذا . وتنتهي اللعبة عندما تأتى الكرة للاعب الأول ثانية . ويحتسب عدد المرات التى أصاب فيها كل فريق السلة . والفريق الفائز من يصيب الهدف أكبر عدد من المرات .

١١٢ — المحاورة بالكرة



(شكل ٤٥)

الملعب :

خط مرسوم بعرض الملعب مرسوم أمامه دوائر بحيث يكون لكل فريق دائرتان قطر كل منهما متر واحد . وتكون المسافة بين الخط والدائرة الأولى ٤ أمتار وبين الدائرتين ٦ أمتار أو يوضع كرسيان بدل الدائرتين .

الأدوات :

كرة لكل فريق .

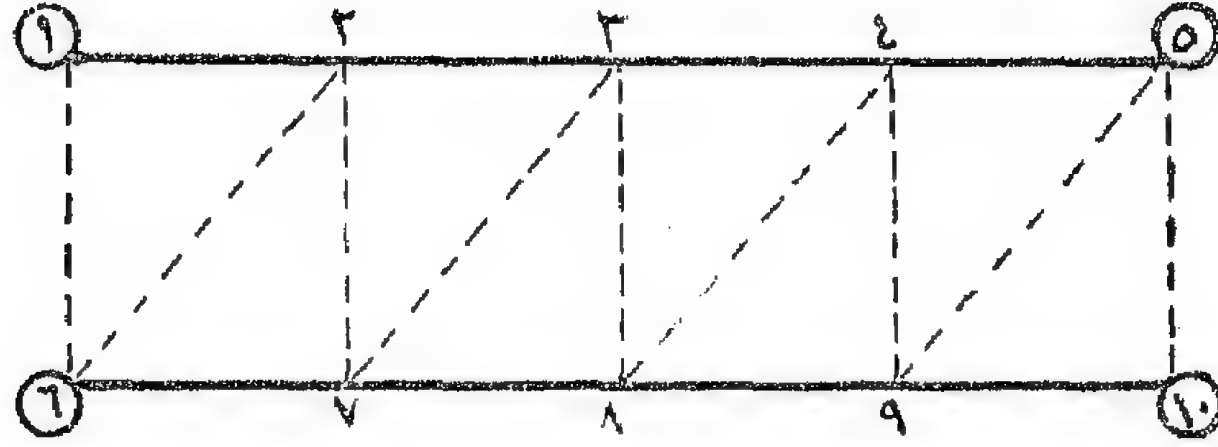
اللاعبون :

أربع فرق عدد كل منها ستة ، يقفون في قاطرات خلف خط البداية .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة يجرى اللاعب الأول من كل فريق ويدرج الكرة بقدمه حول الدائرة الأولى في اتجاه اليسار . ثم يجرى بها ويدور حول الدائرة الثانية في اتجاه اليمين . ثم يجرى بها في خط مستقيم حتى خط البدء فيتسلها اللاعب الثاني وهكذا . وتنتهي اللعبة عندما ينتهي اللاعب الأخير ، ويمر الكرة للاعب الأول فيرفعها عالية فوق رأسه .

١١٣ — درجة الكرة



(شكل ٤٦)

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما عشر لاعبين ، يقفون متباعدين في صفين متقابلين بينهما مسافة قدرها خمسة أمتار تقريبا .

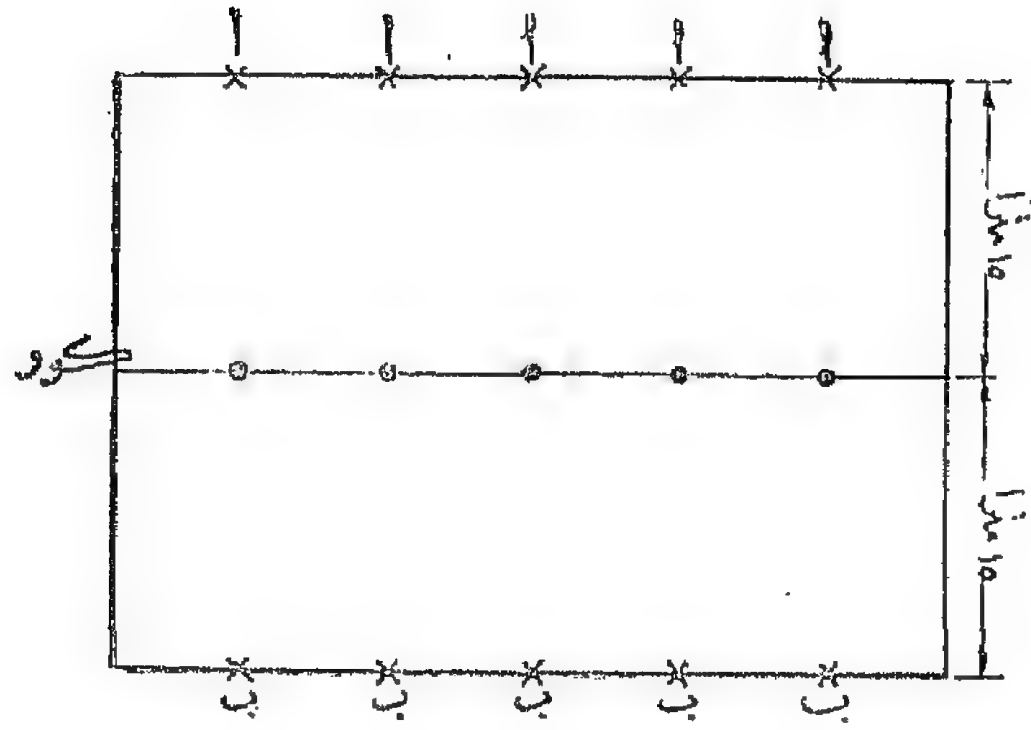
الأدوات :

كرة لكل فريق .

طريقة اللعب :

توضع الكرة على خط أمام اللاعب الأول في كل فريق . وعند سماع الصفارة يدحرج الكرة بقدمه خلف ظهر اللاعب السادس الواقف أمامه ، ثم من بين رجليه . ويأخذها منه اللاعب السادس ويدحرجها بنفس الطريقة خلف اللاعب الثاني ومن بين رجليه . ويتبادل اللاعبون الأماكن في كل مرة حتى إذا ما وصلت الكرة للاعب الأخير فإنه يدحرجها نحو الخط المقابل ، ثم بطول الملعب خلف اللاعبين حتى يصل مكان اللاعب الأول ، فيمسك حينئذ الكرة بقدميه ويرفع ذراعيه لأعلى معلنا انتهاء الفريق .

١١٤ — أوقف الكرة



(شكل ٤٧)

الملعب :

ثلاثة خطوط متوازية بين كل اثنين منهما مسافة قدرها ١٥ مترا تقريبا .

الأدوات :

كرة تنس أو كرة هوكي لكل فريق توضع على خط النصف أمام الفريق .

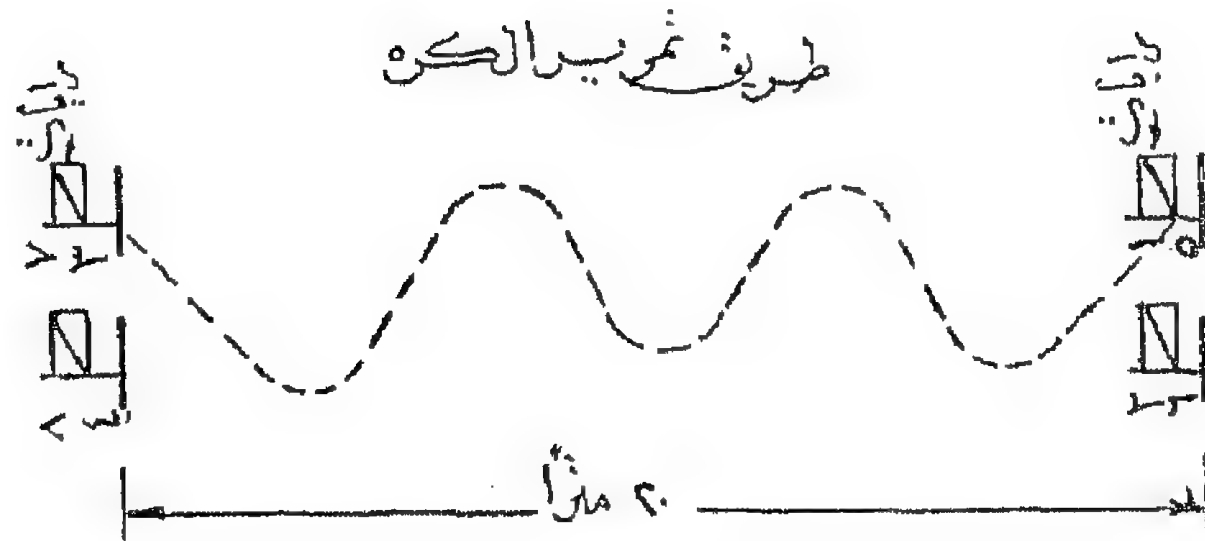
اللاعبون :

فريقان (أو أكثر) عدد كل منهما من ستة إلى عشرة لاعبين ، و يقف نصفهم في صف خلف خط ، و يقف النصف الآخر خلف الخط المقابل .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة يجرى اللاعب الأول من كل فريق و يأخذ الكرة ثم يضربها بقدمه للاعب الثاني . و يجرى بسرعة لمكانه ليوقف الكرة بعد أن يضربها اللاعب الثاني بقدمه له . ثم يعطيها للاعب الثالث و يقف خلف الخط . أما اللاعب الثالث فيجرى حاملا الكرة إلى خط النصف حيث يرمى الكرة بقدمه للاعب الرابع و يعود مسرعا ليوقف الكرة . وهكذا حتى يأخذ كل دوره . والفريق الفائز يعود لأمكنته أولا .

١١٥ — تبادل الكرة



(شكل ٤٨)

خطان متوازيان أمام كل فريق ، بينهما مسافة قدرها ٢٠ مترا .

الأدوات :

كرة قدم لكل فريق وأربعة أعلام صغيرة أو عصي .

اللاعبون :

يتكوّن كل فريق من ثمانية لاعبين ، يقف نصفهم على خط والنصف الآخر على الخط الآخر . وتكون المسافة بين كل فريق وآخر نحو خمسة أمتار تقريبا .

طريقة اللعب :

توضع الكرة على الأرض بجوار علم أمام اللاعب الأول من كل فريق . وعند سماع الإشارة بالبداية يجرى اللاعبان الأول والثاني أماما ويمرران الكرة فيما بينهما بالقدم حتى يصلا للخط الآخر ، فيمرران الكرة للاعب رقم ٣ أو ٤ ويأخذان مكانا خلف اللاعبين ٧ و ٨ ، أما رقما ٣ و ٤ فيمرران الكرة بينهما للناحية الأخرى . وهكذا حتى ينتهي اللاعبون كلهم .

شروط اللعب :

(١) يستطيع اللاعب أن يمرر الكرة مباشرة لزميله ، أو يجرى بها قليلا بغرض التمكن منها قبل تمريرها . على ألا يقل عدد مررات تمرير الكرة عن خمس في الاتجاه الواحد .

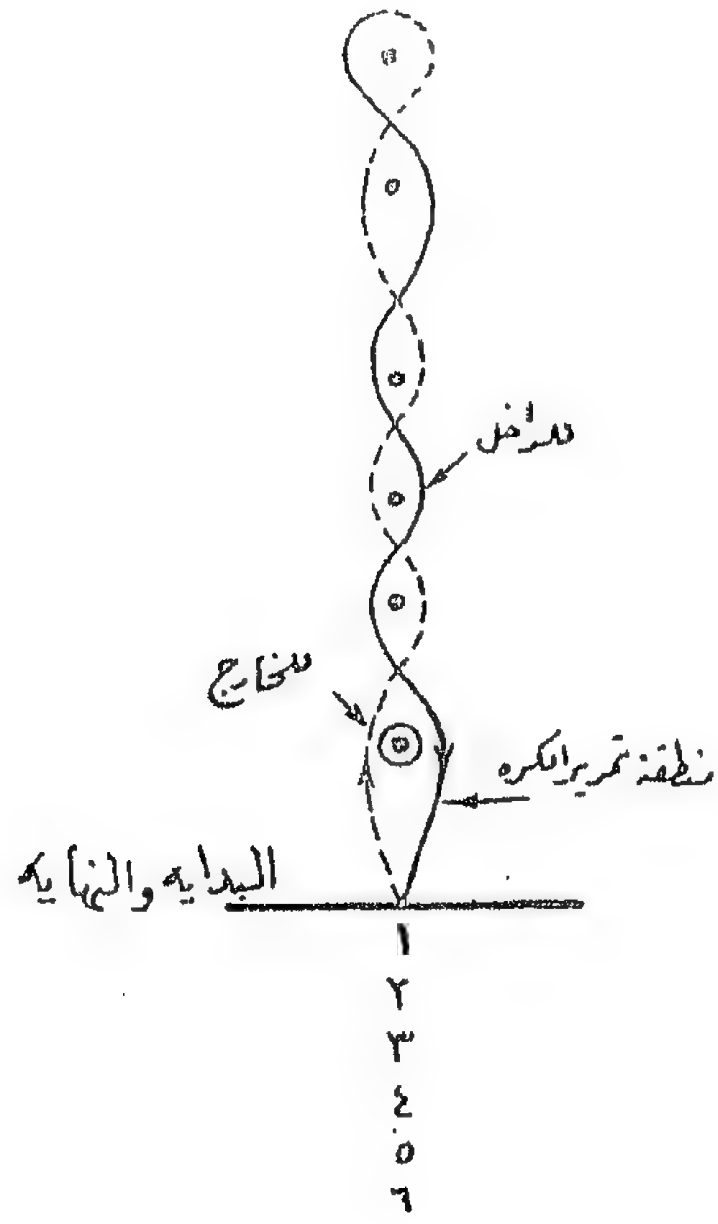
(٢) لا يستلم اللاعبون الكرة إلا من خلف الخط .

(٣) ينير اللاعبون أماكنهم للتدرب على اللعب بالقدم اليسرى واليمنى .

(٤) يجرى اللاعبون في خطوط موازية بقدر الإمكان .

والفريق الفائز هو الذي ينتهي قبل الآخر .

١١٦ - الكرة بين الموانع



(شكل ٤٩)

الأدوات :

كرة قدم لكل فريق ، وأربعة أو خمسة موانع كالصوابع أو العصي أو الأعلام الصغيرة أو الكراسي توضع في خط رأسى أمام كل فريق وعلى مسافات متساوية . ويرسم خط للبداية لكل فريق .

اللاعبون :

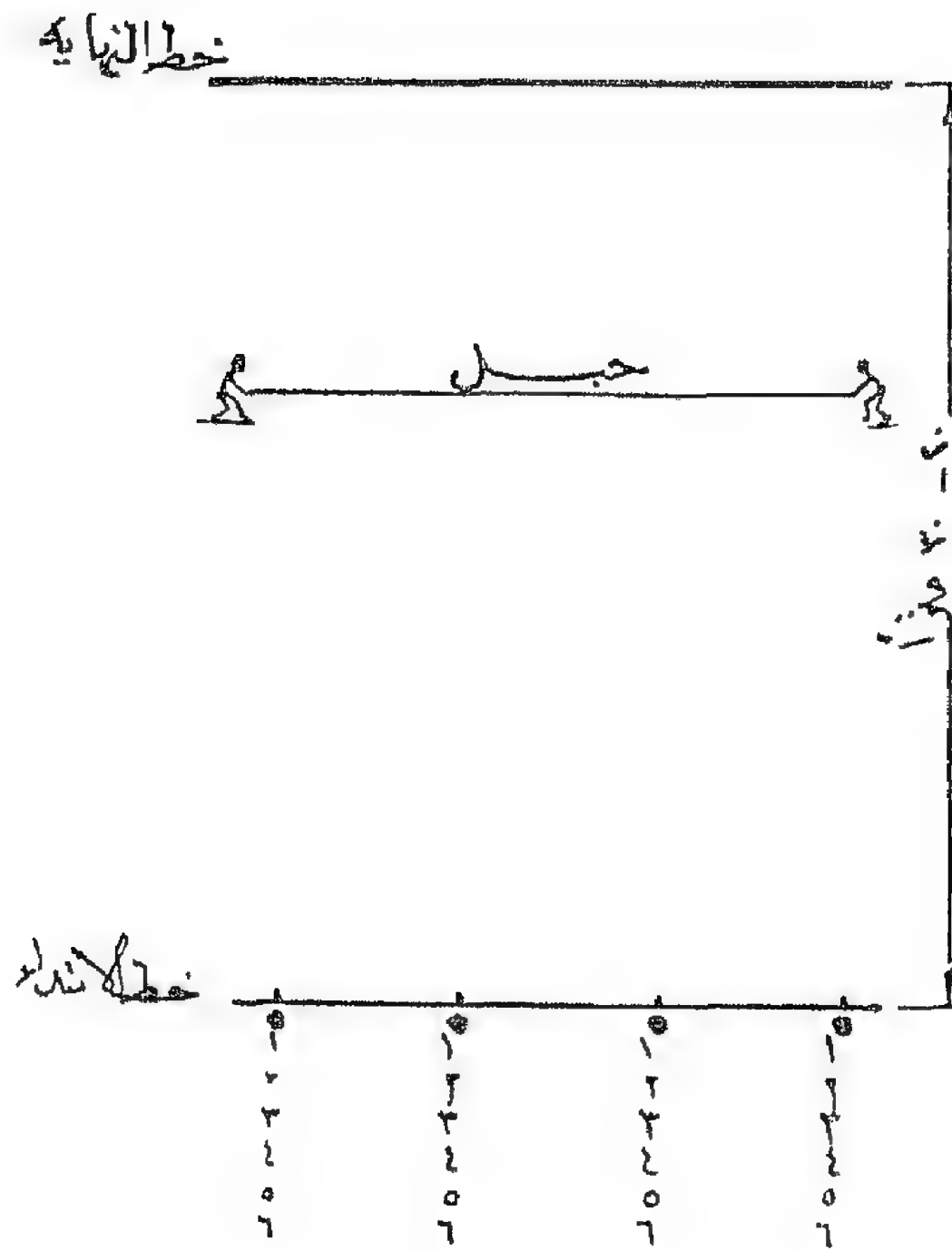
يقف اللاعبون في قاطرات خلف خط البداية بحيث تكون المسافة بين كل قاطرتين لا تقل عن مترين .

طريقة اللعب :

توضع الكرة خلف خط البداية . وعند سماع الإشارة بالبداية يبدأ اللاعب الأول في كل قاطرة بالجرى ، ويضرب الكرة بالقدم خفيفا للدخول بها بين الموانع في طريق متعرج . ثم ياف حول المانع الأخير ويعود بنفس الطريقة حتى يصل قريبا من خط البداية ، ويمررها للاعب الثانى فيجرى بالكرة بنفس الطريقة . وهكذا حتى يأخذ كل لاعب دوره .

وتنتهى اللعبة بتمرير الكرة من آخر لاعب إلى اللاعب الأول فيرفعها عاليا فوق رأسه .

١١٧ - الكرة والحبل



(شكل ٥٠)

الملعب :

خطان متوازيان ، أحدهما للبداية والثانى للنهاية ، بينهما مسافة قدرها من ٢٠ إلى ٣٠ مترا .

الأدوات :

حبل يوضع بعرض الملعب لفريقيين أو أربع فرق على الأكثر، وكرة قدم لكل فريق .

اللاعبون :

من ٦ إلى ٨ لاعبين لكل فريق ، يقفون خلف خط البداية في قاطرات ، بين كل قاطرة وأخرى نحو أربعة أمتار ، ويمسك الحبل ولدان ، أو يثبت على ارتفاع خاص في ثلثي المسافة بين خطي البداية والنهاية .

طريقة اللعب :

يقف دليل كل قاطرة خلف خط البداية والكرة موضوعة أمام قدميه ، وعند سماع الإشارة بالبداية يضرب الكرة بقدمه ويمررها تحت الحبل . ثم يثب عالياً فوق الحبل ويصل بالكرة إلى خط النهاية . ثم يعود بها ويضربها بقدمه إلى رقم ٢ على خط البداية . ويبدأ اللاعب الثاني ، ويقف الأول في نهاية القاطرة ، وهكذا حتى يأخذ كل لاعب دوره .

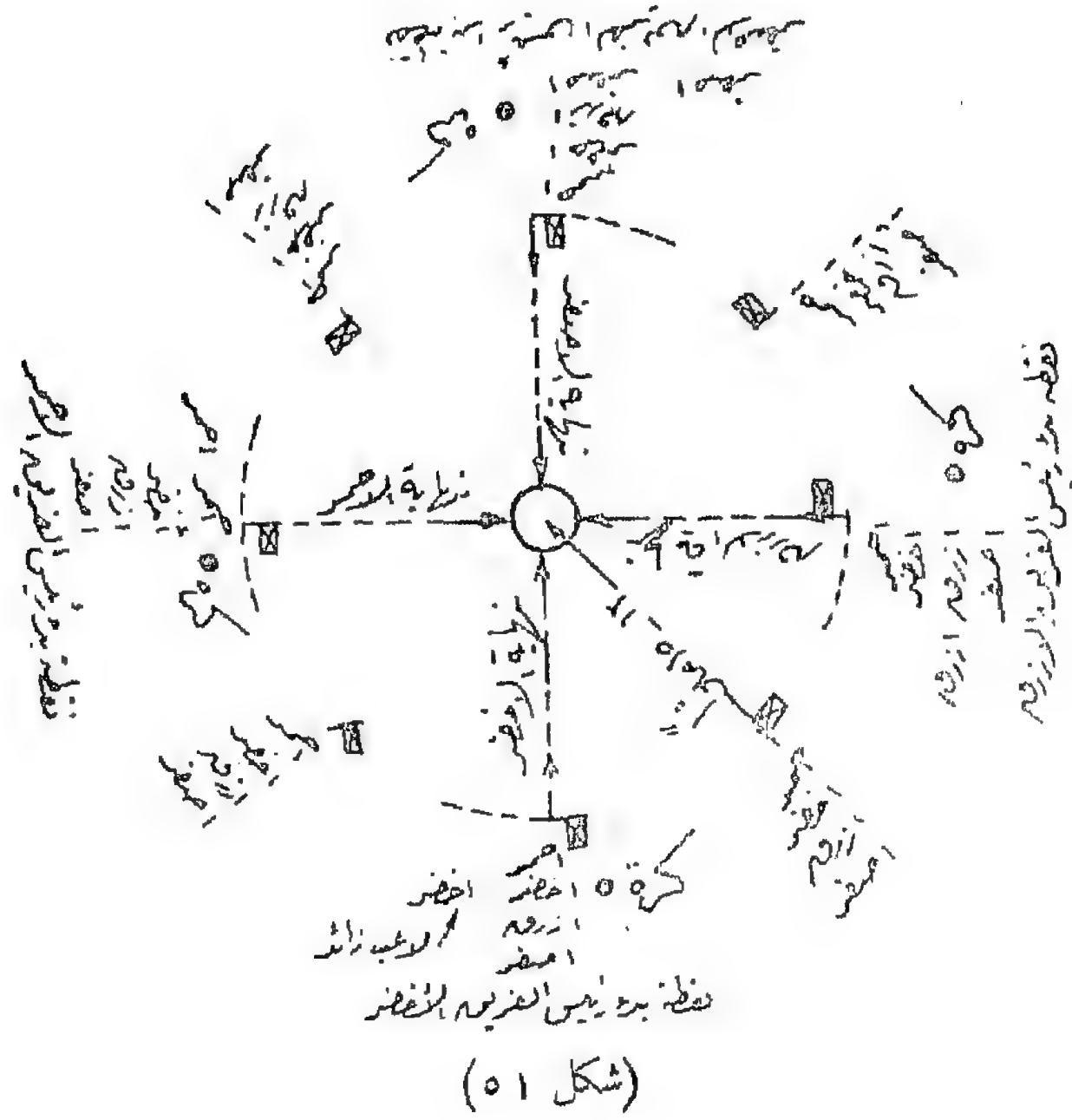
شروط اللعب :

(١) لا يجوز لأي لاعب تخطي خط البداية قبل وصول الكرة وتخطيها الخط .

(٢) يكون ضرب الكرة بالقدم بإحكام حتى لا ترتفع عن الحبل ، وحتى لا تبعد عن خط البداية أو النهاية .

(٣) الفريق الفائز هو الذي ينتهي أولاً ، ويعود أفراداه إلى أماكنهم .

١١٨ - الجرى الدائرى بالكرة



الملعب :

دائرة قطرها من ١٢ إلى ١٥ مترا يقسم محيطها إلى ثمانية أقسام "محطات" توضع عليها أعلام صغيرة ، وترسم دائرة انتهاء فى الوسط قطرها ٣ أمتار .

الأدوات :

ثمانية أعلام وأربع كرات للقدم .

اللاعبون :

أربع فرق عدد كل منها تسعة لاعبين ، يقف كل واحد منهم عند "محطة" ، ويوزع اللاعبون فى كل فريق على الثمان "محطات" . ويوزع الأربعة الزيادة من الفرق على أربع "محطات" متقابلة هى محطات البداية للأربع فرق . وبذا يكون عند كل محطة أربعة لاعبين من الأربع فرق إلا محطات البداية ففيها خمسة لاعبين .

طريقة اللعب :

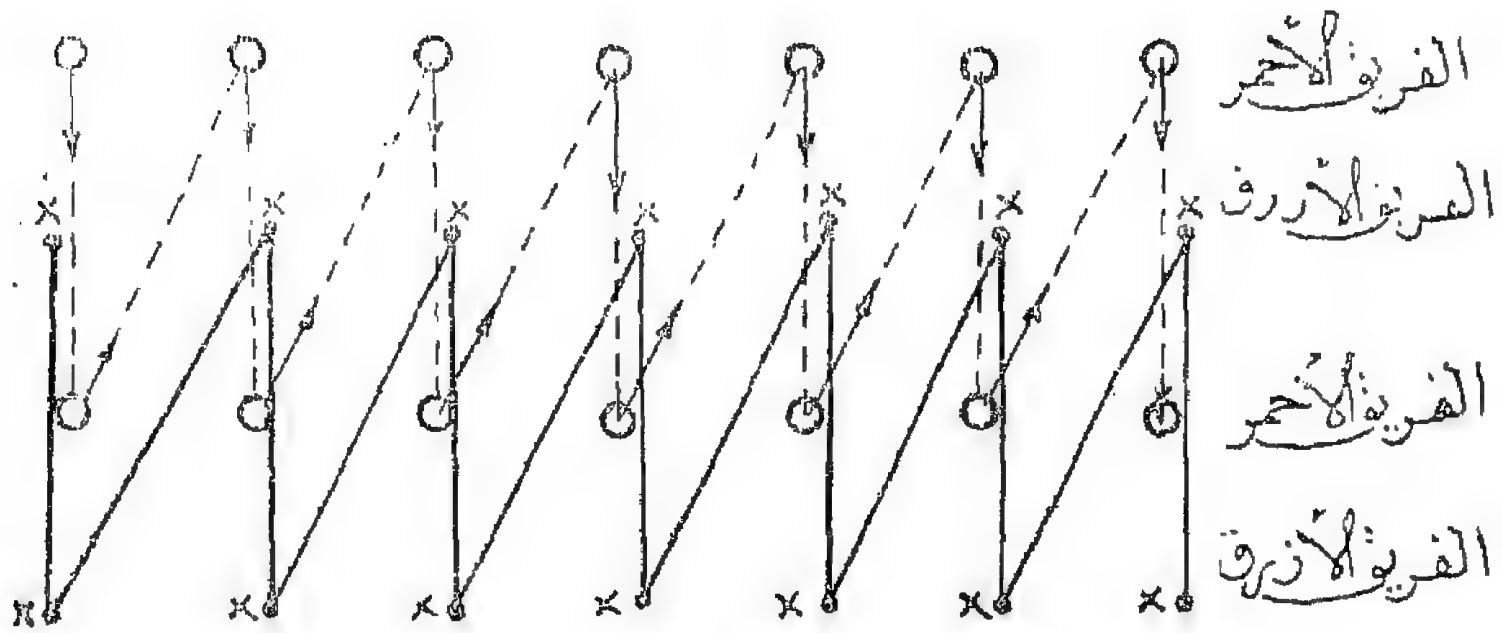
عند سماع الإشارة يجرى زعيم كل فريق من محطات البداية المتقابلة ، مدسرجا الكرة إلى اللاعب الثانى من فريقه الواقف فى المحطة الثانية ويمررها له ، ويأخذ مكانه ، ويجرى اللاعب الثانى بالكرة إلى اللاعب الثالث وهكذا حتى التاسع عند محطة البداية فيجرى بها إلى الدائرة الوسطى ويرفعها فوق رأسه .

وعند تقدم اللاعبين يمكن الاستمرار فى اللعبة ، والانتقال من محطة لأخرى ، حتى يصل كل لاعب إلى مركزه الأصلي ، ولكن هذا يتطلب مجهودا كبيرا من التلاميذ ، لذا يحسن أن يكون الجرى بالكرة فى ربع دائرة أو نصفها فقط .

شروط اللعب :

- (١) يحسن تمييز الفرق بوضع شرائط ملونة على صدورهم .
- (٢) يقف المدرس بعيدا عن الملعب ليتمكن من رؤية اللاعبين .
- (٣) يقف اللاعب الذى عليه الدور فى الجرى بالكرة قريبا من العلم فى انتظار وصول اللاعب الذى قبله .

١١٩ — الكرة المتعرجة فوق الرأس



(شكل ٥٢)

الملعب :

صالة التدريب أو أى ملعب .

الأدوات :

كرة قدم لكل فريق .

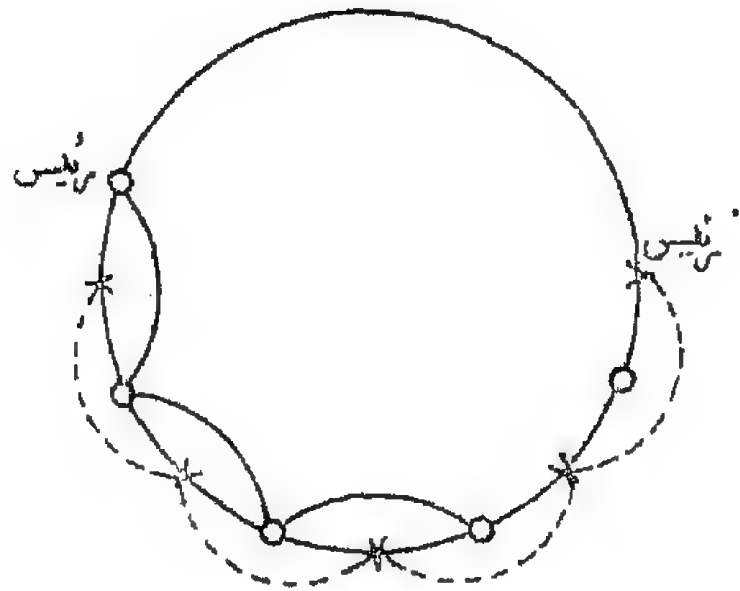
اللاعبون :

فريقان كل منهما مكون من ١٠ إلى ٢٠ لاعبا ، ويميز كل فريق عن الآخر بشرائط ملونة ، ويسمى أحدهما الفريق الأحمر والآخر الفريق الأزرق . ويقف لاعبو الفريقين في صفوف بالتبادل ، بين كل صف وآخر متران تقريبا ، أى أن لاعبي الفريق الأحمر يقفون في الصفين واحد وثلاثة ، بينما يقف لاعبو الفريق الأزرق في صفين اثنين وأربعة . ويواجه كل صفين بعضهما بعضا في اللعب .

طريقة اللعب :

يمسك اللاعب الأول من كل فريق الكرة . وعند سماع الإشارة بالبداية ترمى الكرة عالية لترتفع فوق رأس اللاعب الواقف من الفريق المضاد ، لتصل إلى الزميل رقم ١ في الصف المقابل ، ثم يمررها الأخير إلى رقم ٢ ومنه إلى اللاعب المقابل ، وهكذا حتى نهاية الصف ثم تعاد بنفس الطريقة حتى تصل إلى البداية ثانية . والفريق الفائز هو الذى تعود كرتة أولا للنقطة التى بدأت منها .

١٢٠ — تمرير الكرة في دائرة بين فريقين



(شكل ٥٢)

الملعب :

ترسم دائرة كبيرة قطرها ١٠ أمتار تقريبا .

الأدوات .

كرة قدم لكل فريق .

اللاعبون :

فريقان أزرق وأحمر، عدد كل منهما من ١٠ إلى ١٥ لاعبا، يقفون على محيط الدائرة بالتبادل ، أى يقف لاعب من الفريق الأزرق و يليه لاعب من الفريق الأحمر ، وهكذا بالترتيب . ويواجه لاعبو الفريق الأزرق للخارج ، والفريق الآخر للداخل . ولكل فريق رئيس ، ويقف الرئيسان متقابلين وممسكا كلاهما كرة .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة بالبداية يمرر رئيس كل فريق الكرة التي معه إلى لاعبي فريقه بلحمة اليسار أو اليمين حسب أمر المدرس . وعندما تعود الكرة للرئيس ثانية يرفعها عالية ، وينادى على أفراد فريقه ”جلرس“ . والفريق الذى يجلس أولا يعد فائزا .

ويمكن عمل هذه اللعبة بالدوران : بعد تمرير الكرة وعودتها إلى الرئيس ينادى على فريقه ”در“ . فيواجه الجميع الجهة المضادة . ويبدأ التمرير ثانية حتى تصل الكرة للرئيس ثانية فينادى مرة أخرى ”در“ . وهكذا يكرر ذلك أربع مرات ، وفى المرة الأخيرة ينادى الرئيس على فريقه بالجلوس .

القسم الرابع

ألعاب الكرة

ألعاب الكرة

١٢١ - امسك الكرة

الملعب :

دائرة كبيرة .

الأدوات :

كرة تنس أو كرة سلة أو كيس حب .

اللاعبون :

من ١٠ إلى ٢٠ لاعبا ، يقفون على محيط الدائرة بحيث يبعد اللاعب عن الآخر بمقدار خمسة أمتار . ويقف لاعب واحد في وسط الدائرة .

طريقة اللعب :

يمر اللاعبون الكرة فيما بينهم في أى اتجاه ، ويحاول اللاعب الأوسط أن يمسكها أو يضربها على الأرض ، فإذا أفلح فإنه يحل محل آخر لاعب لمسها .

١٢٢ - كرة المنادة

الملعب :

صالة تدريب أو ملعب كرة السلة أو أى ملعب مشابه .

الأدوات :

كرة من القماش أو كيس حب .

اللاعبون :

من ١٠ إلى ٥٠ لاعبا ، يعطى لكل منهم رقم خاص ، وينتشرون في الملعب .

طريقة اللعب :

يقف جميع اللاعبين حول دائرة أوفى مربع ، وينتخب لاعب للوقوف في الوسط وتعطى له الكرة ، فيرمى لاعب الوسط الكرة وفي نفس الوقت ينادى رقم أى لاعب ، فيجرب الآخرون (ماعدا هذا اللاعب) فى أى مكان بالملاعب . يأخذ اللاعب الذى نودى على اسمه الكرة بسرعة ، وينادى "قف" ، فيقف جميع اللاعبين فى أماكنهم . ويحاول اللاعب الذى معه الكرة أن يرميها لتلمس أحد اللاعبين الآخرين المنتشرين فى الملعب . ولا يجوز له الجرى عند ضرب لاعب بالكرة بل يجب أن يبقى فى المكان الذى تسلم منه الكرة . وإذا أخطأ فى ضرب لاعب بالكرة فإنه يأخذها مرة ثانية ، ويقف فى النقطة التى أخذها منها ، ويحاول مرة أخرى . ويجرب اللاعبون الآخرون بنفس الطريقة كالمرة السابقة . وإذا نجح فى ضرب لاعب فإن هذا اللاعب يأخذ الكرة بدلا من الأول ، ويحاول ضرب أى لاعب بها . ويحاول اللاعب الثانى ضرب لاعب ثالث وهكذا .

وإذا أخطأ لاعب مرتين متتاليتين فى ضرب أى لاعب بالكرة تحتسب نقطة ضده . وإذا ضرب لاعب مرتين بالكرة تحتسب نقطة ضده أيضا . وإذا حدث أن احتسبت ثلاث نقط ضد لاعب فإنه يقف على بعد ثمانية أمتار من اللاعبين الآخرين مع مواجهة ظهره لهم ، ويضع يديه على ركبتيه ، ويرمى كل لاعب بدوره الكرة عليه مرة واحدة ، ويمكن معاقبته أيضا بإرجاع كل كرة يضرب بها من اللاعبين إلى الرامى التالى .

وبعد انتهاء الجميع من ذلك يستمر اللعب مرة أخرى من وسط الملعب .

١٢٣ - كرة الركوب

الملعب :

دائرة كبيرة قطرها ١٠ أمتار .

الأدوات :

كرة قدم أو سلة .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ١٠ إلى ٣٠ لاعبا ، أحدهما الخيالة والآخر الخيل .
ويتبادلان الأماكن عند حدوث تغيير أثناء اللعب . ويوزعون مثنى مثنى حسب
القوة والطول .

طريقة اللعب :

تعمل القرعة بين الفريقين لبدء اللعب في أيهما يكون الخيل وأيهما الخيالة .
ويثنى اللاعبون الذين يشارن الخيل ظهورهم ويضعون أيديهم على ركبهم ، ويركب
الخيالة فوق ظهورهم .

تعطى الكرة لأحد اللاعبين من فريق الخيالة وتمرر بينهم من لاعب لآخر . وتحاول
الخيل منعهم من ذلك بالدوران في أى اتجاه بدون ترك أماكنهم في الدائرة .

وإذا فشل خيال في مسك الكرة ينزل الخيالة من على ظهور الخيل ويحرون في أى
اتجاه ، وتقف الخيل في أماكنها ، ويمسك الكرة الحصان الذى تسبب في منع وصولها
لراكبه ، وينادى "قف" . فيقف الخيالة في أماكنهم ، ويحاول اللاعب المسك
الكرة أن يصيب بها راكبه الأصلي . ويحاول الأخير تجنب ذلك بثنى جذعه أماما
أو القفز عاليا ولكن لا يجوز له ترك مكانه .

وإذا نجح اللاعب الرامى للكرة في إصابة راكب يغير الفريقان أماكنهما .
وإذا فشل يعود الخيالة ويركبون فوق ظهور الخيل . وتعاد اللعبة ثانية .

ولا يجوز لراكب مسك الكرة مدة طويلة بل يجب رميها بمجرد استلامها .

١٢٤ — ارم والقف على السلة

الملعب :

ملعب كرة السلة ويستخدم فيه الهدفان .

الأدوات :

كرة سلة لكل فريق .

اللاعبون :

فريقان يقف كل منهما في صف قريبا من هدفه ، بينما يقف قائد الفريق عند منتصف الملعب مواجهها هدفه ومعه الكرة .

طريقة اللعب :

عند الإشارة يجرى اللاعب الأول من كل فريق إلى خط الرمية الحرة مواجهها قائده، فيرمى له الأخير الكرة فيلقفها ويدور توا ليواجه السلة ويرمى عليها لإصابتها ، ثم يجرى للأمام ليتلقف الكرة ويرميها للقائد ، ويعود لمكانه ليلمس اللاعب التالي . وهكذا يستمر اللعب بحيث يكون لكل لاعب رمية واحدة . وفي كل إصابة للهدف يحتسب للفريق نقطة . والفريق الفائز من له أكبر عدد من النقاط .

١٢٥ — القف من السلة

الملعب :

ملعب كرة السلة ويستخدم فيه الهدفان .

الأدوات :

كرة سلة لكل فريق .

اللاعبون :

فريقان يقف كل منهما مواجهها هدفه (سلته) خلف خط الرمية . ويمسك اللاعب الأول منهما كرتة .

طريقة اللعب :

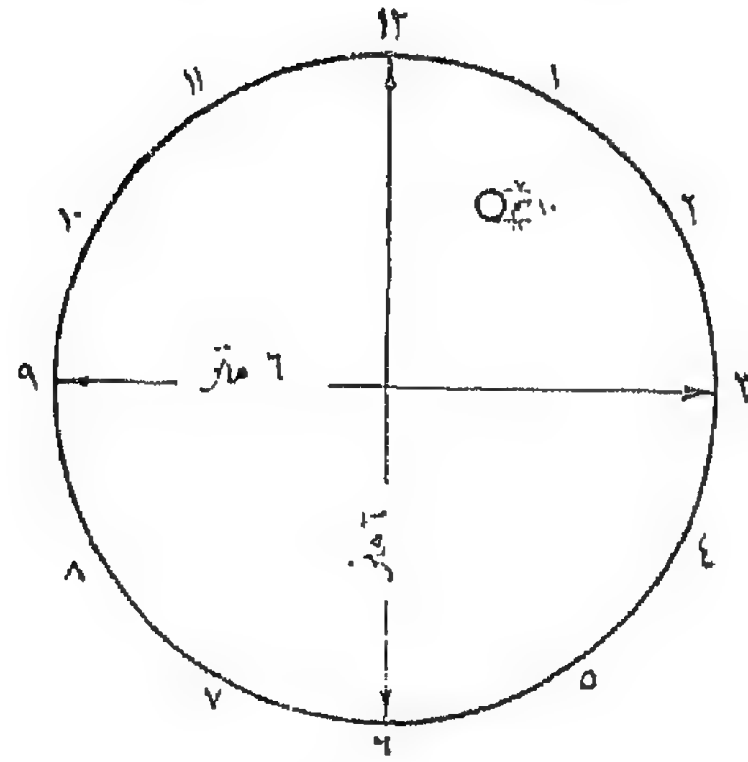
عند الإشارة يرمى اللاعب الأول من الفريقين الكرة نحو هدفه لإصابته ، وبدون محاولة لمس الكرة يذهب توا خلف فريقه ، وفي نفس الوقت يجرى اللاعب الثاني للأمام للقف الكرة قبل أن تلمس الأرض ويرميها على السلة في المكان الذي

تساعدها منه، ثم يعود بدوره خلف فريقه. بينما يجرى اللاعب الثالث للأمام للقف الكرة وهكذا. وفي كل إصابة هدف تحتسب نقطة للفريق. والفريق الذي يحصل على واحد وعشرين نقطة أولاً يعد فائزاً .

شروط اللعب :

- (١) عدم الجرى بالكرة .
- (٢) لا يسمح بتنطيط الكرة عالياً أو على الأرض .

١٢٦ — ساعة الجلف



(شكل ٥٤)

الملعب :

قطعة أرض مستوية يرسم عليها دائرة نصف قطرها من ستة إلى عشرة أمتار، ويقسم محيطها إلى اثني عشر قسماً (كأقسام الساعة) . ويكتب على كل منها رقمه (من واحد إلى اثني عشر) . وتحفر داخل الدائرة على بعد متر من محيطها حفرة صغيرة (١٠ سم) تسع فنجاناً أو علبة صغيرة .

الأدوات :

كرة جولف ومضرب لكل لاعب .

عدد اللاعبين :

اثنان .

طريقة اللعب :

يضع اللاعب الأول كرتة على رقم واحد في الساعة ويضربها بمضربه مرة أو عدة مرات بفرض إنزالها في الحفرة. وبعد انتهائه يبدأ اللاعب الثاني في نفس الرقم. وعند انتهائه يبدأ اللاعب الأول رقم اثنين. وهكذا وفي كل مرة يحسب اللاعب عدد الضربات التي أنزل بها كرتة في الحفرة. وفي نهاية اللعب يكون الفائز من كان عدد ضرباته أقل .

١٢٧ - كرة المحاورة

الملعب :

دائرتان كبيرتان متداخلتان نصف قطر الداخلة ١٠ أمتار ونصف قطر الخارجة ١١ مترا .

الأدوات :

كرة قدم أو سلة .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ثمانية إلى عشرين لاعبا، يقف أحدهما في المسافة الواقعة بين الدائرتين ويعطى الكرة، وينتشر الفريق الآخر في الدائرة الداخلة .

طريقة اللعب :

عند الإشارة يرمى لاعب من الفريق الخارجى الكرة على الفريق المضاد بقصد إصابة أحد اللاعبين، وعندما تصل الكرة لأحد لاعبي الفريق الخارجى يرميها ثانية، وهكذا يكون الرمي من الفريق الخارجى لمدة عشرة دقائق، ويحاول الفريق المضاد تجنب الكرة بالوثب جانبا أو عاليا أو الانحناء أو اللف .

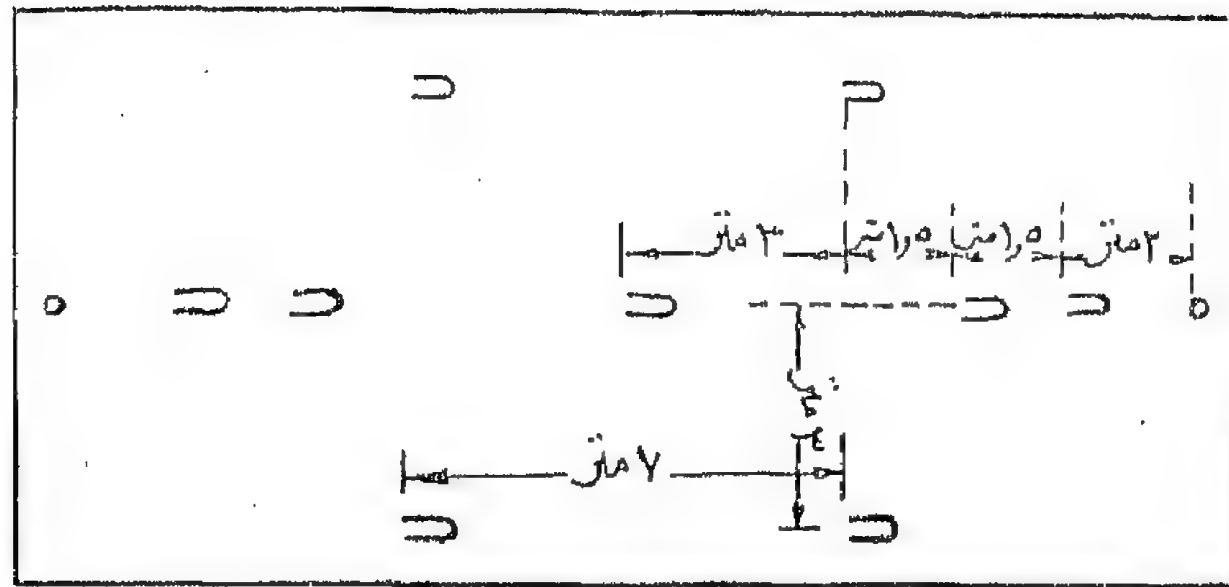
شروط اللعب :

(١) لا يصح لأى لاعب من الفريق الخارجى دخول الدائرة الداخلة .

(٢) الفريق الداخلى لا يلعب بالكرة مطلقا بل يحاورها .

- (٣) إذا لمست الكرة لاعبا داخليا بأى شكل كان يعد خارجا .
 (٤) بعد عشر دقائق يقف اللاعب . ويحسب الفريق الداخل عدد من تبقى من لاعبيه وتعطى له نقطة على كل واحد منهم .
 (٥) يتبادل الفريقان الأماكن ويستمر اللعب .
 والفريق الفائز من يحتسب له أكبر عدد من النقاط .

١٢٨ — السكروكيت



(شكل ٥٥)

الملعب :

قطعة أرض مستوية طولها ٢٠ مترا وعرضها ١٠ أمتار ، داخلها مستطيل مساحته ١٨ × ٩ أمتار .

الأدوات :

- (١) عصاتان مستديرتان من خشب سمك كل منهما ٣ سم ، ولكل طرف مدبب يركز في الأرض بحيث يكون ارتفاع الطرف الثانى عن الأرض نحو ٤٥ سم .
 (٢) تسعة أو عشرة أقواس من السلك المتين ، تركز في الأرض بحيث تكون المسافة بين طرفى السلك من ١٢ إلى ١٥ سم ، وعلو القوس عن الأرض من ٢٥ إلى ٣٠ سم .

- (٣) أربع كرات خشبية ، قطر كل منها نحو ١٠ سم ، وكل منها ذات لون خاص .
 (٤) أربعة مضارب ملونة بألوان الكور . والمضرب يتكون من عصا في طرفها رأس اسطوانى .

اللاعبون :

اثنان أو أربعة يلعبون كل بمفرده أو مثني مثني .

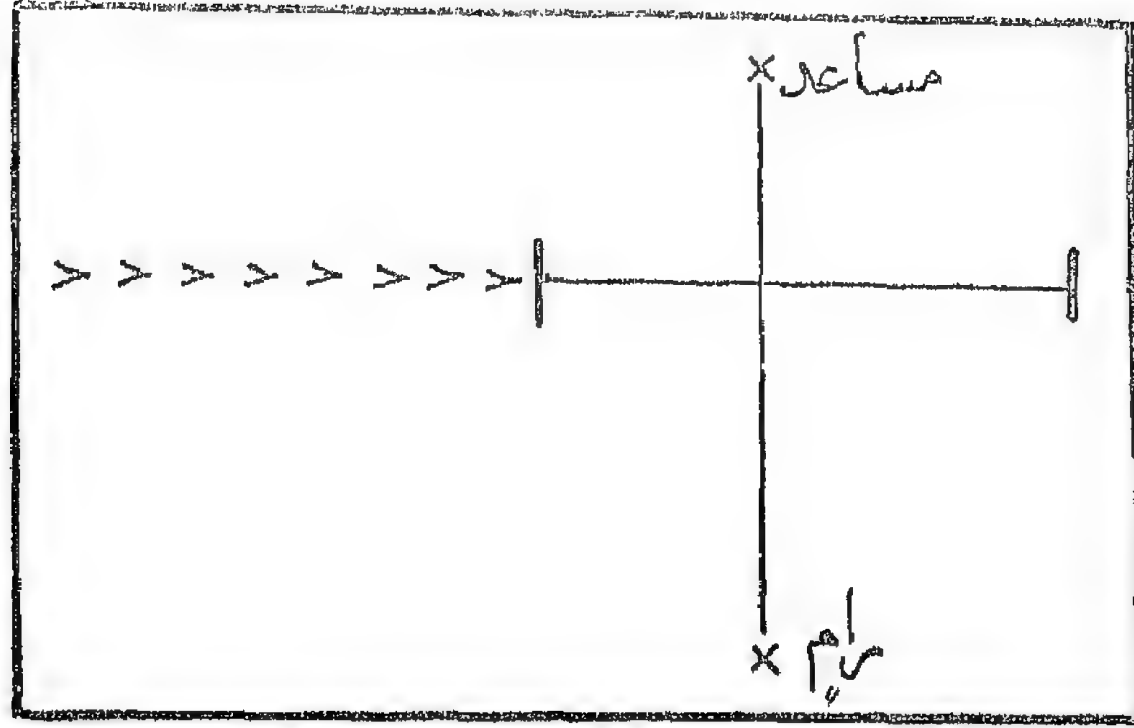
طريقة اللعب :

يضع اللاعبون كورهم على خط الابتداء . ويبدأ اللاعب بأن يضرب اللاعب الأول كرتة السوداء اليسار حتى تتخذ مكانا أمام القوس الأول . ثم يلعب الثاني لنفس الغرض ولضرب كرة الأول بعيدا . وهكذا حتى اللاعب الرابع . ثم يبدأ اللاعب الأول ثانية ليدخل الكرة في القوس الأول بضربة واحدة ، فإن لم يفلح فإنه ينتظر دوره بعد الرابع ، ومن القوس الثاني للثالث فالرابع ثم لإصابة العصا الأولى فالقوس الخامس والسادس الخ وإصابة العصا الثانية ، وبذا تنتهي اللعبة . والفائز هو من يصيب العصا الأخيرة أولا .

شروط اللعب :

- (١) لكل لاعب ضربة واحدة عندما يأتي دوره .
- (٢) يستطيع اللاعب أن يضرب كرتة لتدخل القوس أو لتتخذ مكانا أمامه أو لتضرب كرة أخرى لتبعدها عن موضعها وتحلها في وضع صعب .
- (٣) تعتبر الكرة أنها دخلت القوس إذا مرت منه من جهة ونجست من الجهة الأخرى ، أو خرج نصفها على الأقل . وعند ضربها للقوس الثاني لا تحرك من موضعها باليد بل تضرب بالمضرب .
- (٤) إذا خرجت الكرة من حدود الملعب فإنها توضع على الخط من المكان الذي خرجت منه .
- (٥) في اللعب الزوجي لا يلعب الزميلان بالتعاقب بل يلعب أحدهما ثم لاعب من الفريق المضاد ثم الزميل فاللاعب الرابع .
- (٦) في اللعب الزوجي يكمل اللاعب بكرته ما أتم زميله فإذا أصاب واحد القوس الأول مثلا يحاول الزميل إصابة القوس الثاني وهكذا .

١٢٩ - أصبغ



(شكل ٥٦)

الملعب :

مستطيل مساحته ٥٠ × ٢٠ مترا ، ويرسم داخله خطان قصيران المسافة بينهما من ١٠ إلى ٢٠ مترا ، ويرسم في منتصف المسافة بينهما خط مواز لهما . ويقف على نهايتيه رامي الكرة ومساعدته . ويجب أن يكون الرامي بعيدا عن الخط الذي يجري عليه اللاعبون بمقدار ١٠ إلى ١٥ مترا .

الأدوات :

كرة قدم .

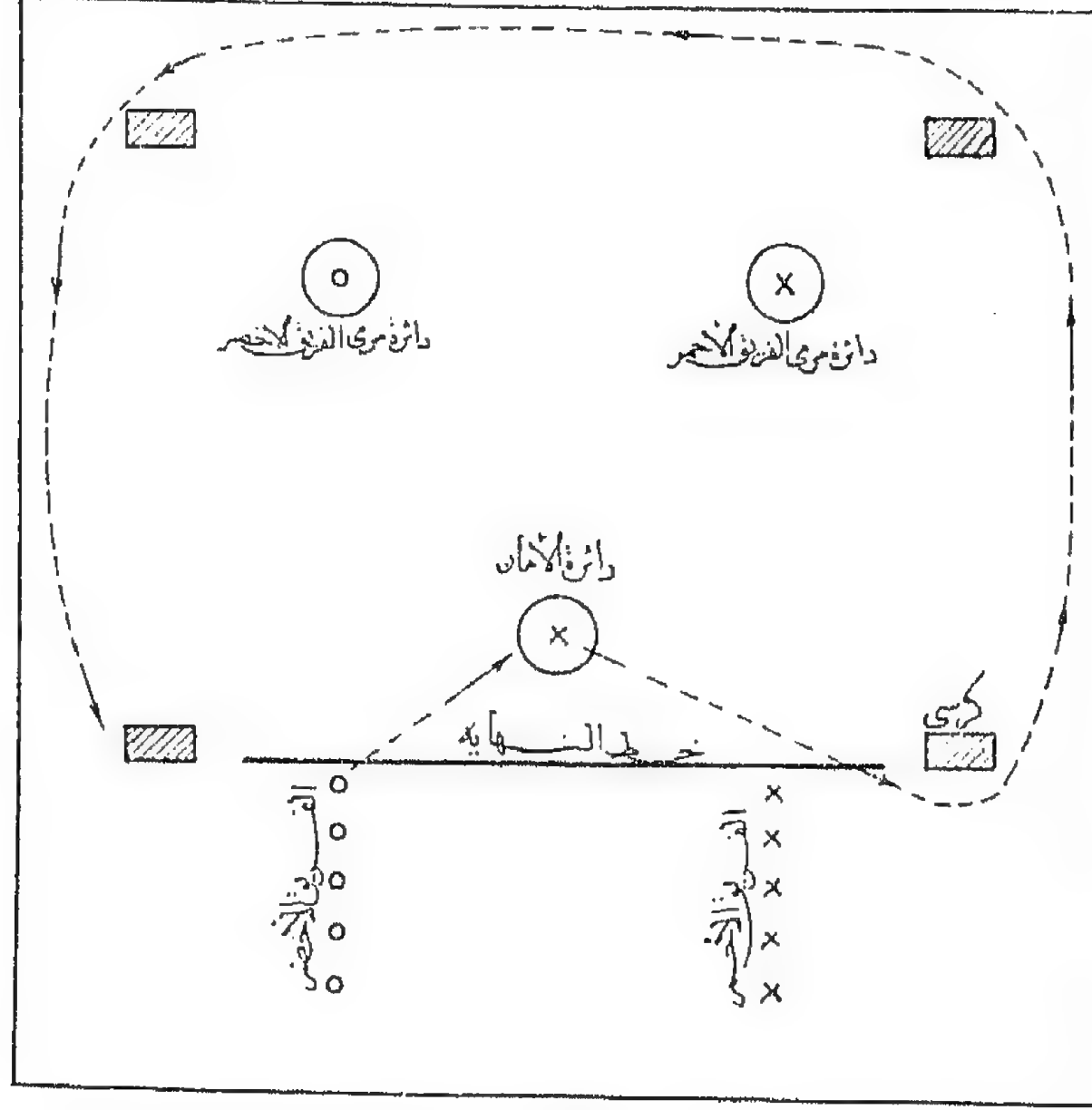
اللاعبون :

يُنتخب لاعبان أحدهما رامي الكرة والآخر مساعدته ، ويقف بقية اللاعبين في قاطرة بعضهم خلف بعض ، خلف أحد الخطين القصيرين .

طريقة اللعب :

يحاول كل لاعب بدوره الجري من أحد الخطين إلى الآخر بدون أن تلمسه الكرة ، ويحاول رامي الكرة أن يرمى اللاعبين بها عند جريهم من ناحية لأخرى . وتحتسب نقطة لكل رمية تصيب اللاعب . ويستمر الرامي في اللعب حتى يفشل . وإذا رمى الرامي الكرة وفشل فإنه يخرج من اللعب ويقف في مؤخرة القاطرة . ويصير اللاعب الذي أخطأته الكرة راميا بدلا منه . وإذا أصابت الكرة اللاعب فإنه يأخذ مكان المساعد ويقف الأخير في مؤخرة القاطرة .

١٣٠ - كرة المثلث



(شكل ٥٧)

الملعب :

مستطيل مساحته ٣٠ × ٢٠ مترا، ويوضع في أركانه الأربعة قوائم أو كراسي أو ما يشابهها للجري حولها . ويرسم خط للبداية والنهاية مواز للخطين الطولين، وعلى بعده أمتار من أحدهما . وترسم ثلاث دوائر (قطر الواحدة متر واحد) على شكل مثلث إحداها أمام خط البداية وتسمى دائرة الأمان والدائرتان الأخرتان ترسمان بعيدا عنها وعلى خط واحد وتسميان دائرتي المرمى .

الأدوات :

كرة قدم :

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ٦ إلى ١٠ لاعبين . يقفان في قاطرتين خلف خط البداية والنهاية . ويطلق على أحدهما الفريق الأخضر والآخر الفريق الأحمر . ويشغل دائرة المرمى المقابلة للفريق رئيس كل فريق .

طريقة اللعب :

يجرى اللاعب الأول من الفريق الأحمر إلى دائرة الأمان ويعطى له الحكم الكرة . فيرميها هذا اللاعب إلى رئيس فريق الأحمر الواقف في دائرة المرمى فيمررها رئيس الأحمر إلى رئيس الفريق الأخضر .

ويجوز حصول رئيس الفريق الأخضر على الكرة ينادى " ابتدئ " فيجرب اللاعب الأول من الفريق الأحمر الواقف في دائرة الأمان حول الأربع قواعد في اتجاه عقرب الساعة كما هو موضح بالرسم . وعند ما يترك هذا اللاعب الأحمر دائرة الأمان يحتلها اللاعب الأول من فريق الأخضر ويتسلم الكرة من رئيس فريقه ثم تمرر الكرة بينهما عدة مرات أثناء جري اللاعب الأحمر حول القواعد وعند ما يصل هذا اللاعب إلى القاعدة الرابعة ينادى الحكم " قف " .

وتحتسب النقاط بعدد التمريرات التي عملت بين رئيس الفريق الأخضر واللاعب الأول من فريقه أثناء جري اللاعب الأحمر حول القواعد . فإذا مرت الكرة ثلاث مرات مثلاً تعطى ثلاث نقط للفريق الأخضر .

وعند نداء الحكم بكلمة " قف " يمرر اللاعب الأخضر الواقف في دائرة الأمان الكرة إلى رئيس فريقه الأخضر فيرميها الأخير إلى رئيس الفريق الأحمر وعند ما ينادى " ابتدئ " يجرب اللاعب الأخضر الواقف في دائرة الأمان حول القواعد ويدخل لاعب من الفريق الأحمر الدائرة ليستلم الكرة من رئيسه وتبدأ التمريرات .

وإذا سقطت الكرة أثناء رميها من لاعب لآخر فلا تحتسب لها نقطة إلا إذا كانت الرميات من الدائرة .

والفريق الذي يحصل على أكبر عدد من النقط يعد فائزاً .

كيفية وضع النقاط :

أخضر	أحمر
٣	٢
٣	٤
٢	٥
٦	٤
٥	٣
١٩	١٨

الفريق الأخضر هو الفائز

١٣١ - كرة القبضة

الملعب :

مستطيل طوله ١٠ أمتار تقريبا وعرضه ٦ أمتار . مقسم إلى ملعبين متساويين ، في كل منهما هدف مساحته ١٥٠ سم × ١٠٠ سم تقريبا . ورسوم على كل ملعب علامات على أبعاد متساوية تبين مواضع اللاعبين (X) .

الأدوات :

كرة قدم أو كرة سلة أو كرة طائرة .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ١٠ إلى ١٥ لاعبا ، ينتشرون في الملعب على العلامات . ويقف رئيس الفريق عند الخط المنصف كما يقف حارس المرمى عند المسافة المخصصة له .

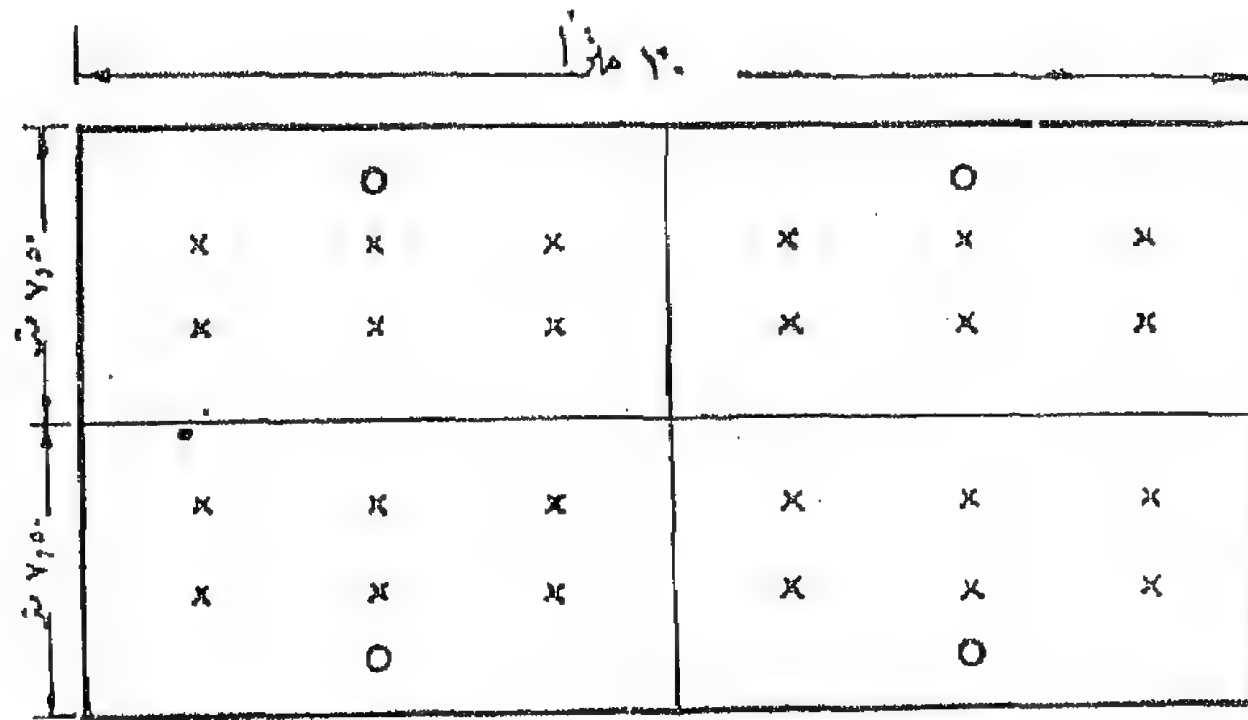
طريقة اللعب :

توضع الكرة على الخط المنصف بين الرئيسين . وعند الإشارة تضرب بقبضة اليد . وتحرك الكرة من لاعب لآخر ومن ملعب للملعب الثاني بسرعة بغرض دخولها هدف فريق ، فإذا أوقفت الكرة أو مسكت تنطط مرة وتضرب بالقبضة .

شروط اللعب :

- (١) لا يترك اللاعب مكانه المعين حتى لا يتراحم اللاعبون على الكرة. وحتى حارس المرمى لا يترك المساحة المخصصة له .
- (٢) لا يسمح بضرب الكرة بالقدم أو مسكها أو رميها باليدين . وفي حالة الخطأ تعطى نقطة للفريق المضاد .
- (٣) إذا لمست الكرة الأرض داخل هدف فحتسب نقطتان للفريق المضاد .
- (٤) تتركب اللعبة من ثلاث مباريات ويكون الفريق الفائز صاحب أكبر عدد من النقاط .

١٣٢ — الكرة العابرة



(شكل ٥٨)

الملعب :

مستطيل مساحته ١٥ × ٣٠ مترا ، مقسم إلى أربعة أقسام بجبلين أو شبكتين ارتفاع كل منهما ١,٥ متر تقريبا عن الأرض. وبكل قسم دائرة لرمية البداية قطرها متر.

الأدوات :

كرة طائرة أو كرة سلة وحبلان أو شبكتان .

اللاعبون :

أربع فرق كل منها من ٦ إلى ١٠ لاعبين ينتشرون في قسم من الملعب ويقف رامي البداية في الدائرة .

طريقة اللعب :

يرمى أحد اللاعبين رمية البداية من الدائرة بضربة سفلية لأحد اللاعبين الثلاثة بحيث تمر فوق الشبكة ، ولأى لاعب أن يردّها ثانياً لأى لاعب . فإذا وقعت على أرض ملعب تحتسب نقطة ضد الفريق الذى وقعت عنده . وبذلك يكون الفريق الفائز من تكون عدد نقطه أقل . وتنتهى اللعبة بعد عشرة نقط بعدها تغير الفرق لاعبيها .

شروط اللعب :

(١) لراى البداية ثلاث محاولات لضرب الكرة كي تتخطى الشبكة فإن لم يفلح تحتسب نقطة ضد فريقه .

(٢) يستطيع لاعب واحد أن يساعد راى رمية البداية بأن يتم الرمية كي تتخطى الشبكة .

(٣) تضرب الكرة باليد المفتوحة ولا يجوز مسكها أو الجرى بها .

(٤) يجوز أن يتبادل اللاعبون فى الفريق الواحد رمى الكرة فيما بينهم ثلاث مرات قبل رميها فوق الشبكة .

(٥) تحتسب نقطة ضد الفريق :

(أ) إذا ضرب لاعب الكرة فى الشبكة .

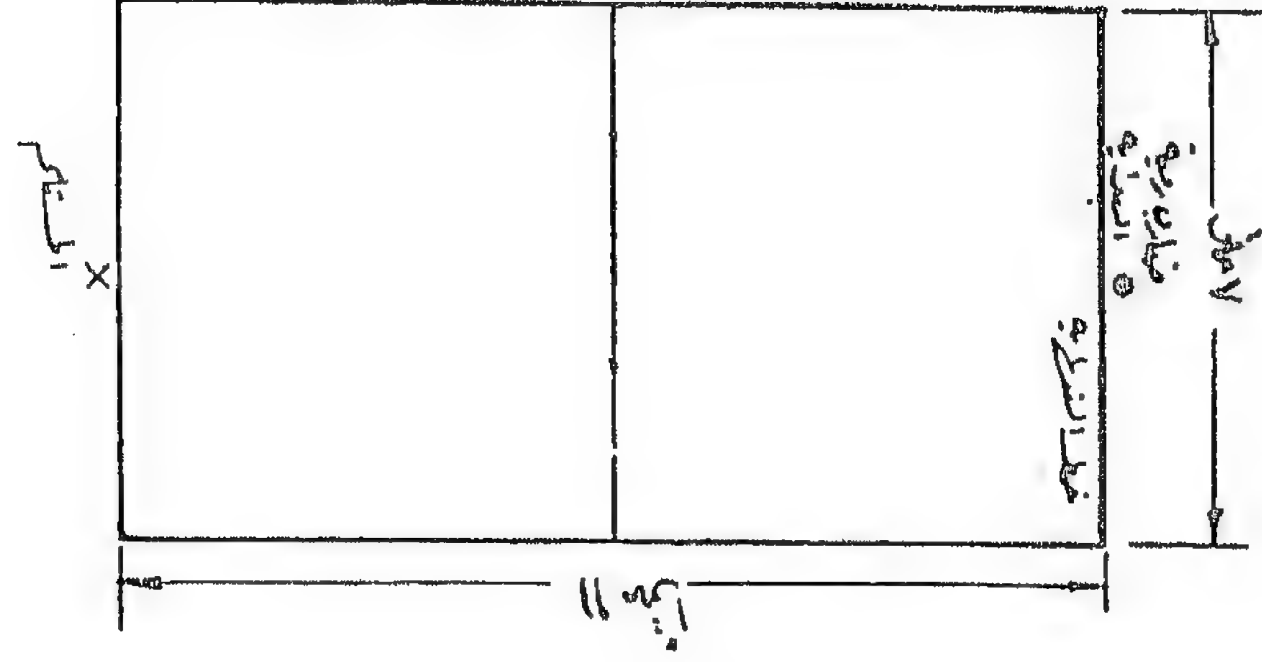
(ب) إذا أخرج لاعب الكرة خارج الملعب .

(ج) إذا سمح لاعب للكرة أن تنط على الأرض .

(د) إذا تناول الكرة أكثر من ثلاثة .

(٦) فى حالة الخطأ تعطى الكرة لآخر لاعب رمى الكرة قبل أن يتسلسلها الفريق الخاطىء .

١٣٣ - كرة الملعبين



(شكل ٥٩)

الملعب :

مستطيل مساحته ٧×١١ أمتار مقسم إلى قسمين بنخط منصف .

الأدوات :

كرة تنس .

اللاعبون :

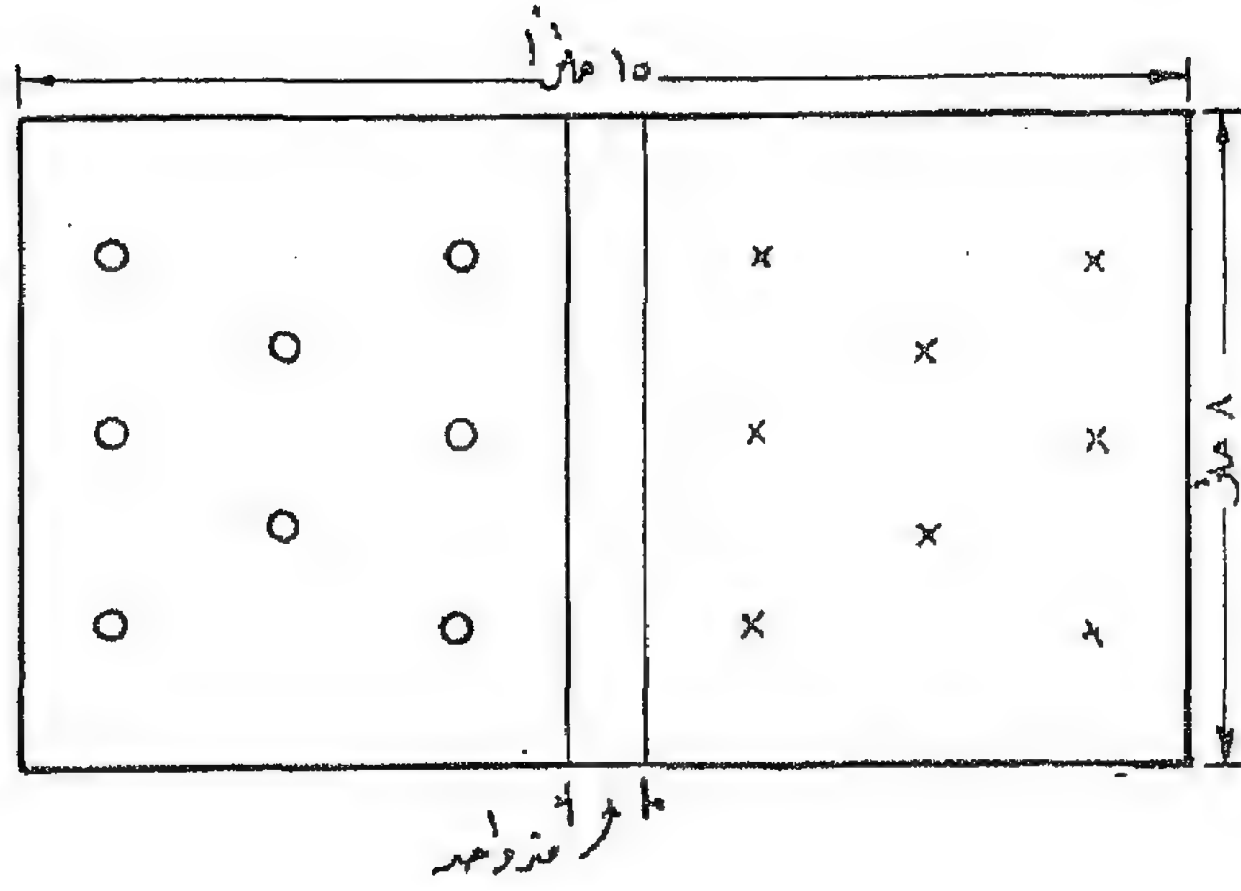
اثنان أو أربعة .

طريقة اللعب :

يقف رامي البداية ومعه الكرة خلف خط ملعبه الخلفي، وينطط الكرة مرة على الأرض وعند ارتفاعها يضربها بيده المفتوحة لتهبط في الملعب المقابل . ويتقدم المستلم لإعادة الكرة وإرسالها باليد المفتوحة (بعد أن تنط على الأرض مرة أو وهي طائرة) للملعب الأول . وهكذا يستمر اللعب من ملعب لآخر حتى يفشل لاعب في إعادة الكرة سليمة . فإذا كان الفشل من رامي البداية فإن غريمه يأخذ رمية البداية منه . أما إذا فشل المستلم فإن رامي البداية تحتسب له بذلك نقطة . وإذا لمست الكرة خطا من الخطوط فلا تحتسب خارجه .

أما إذا كان اللاعبون أربعة (مثنى . مثنى) فإن راحى البداية يستمر في اللعب ما دام يكسب بجانبه نقطة ، فإذا فشل في رمية البداية يبدأ زميله اللعب ، وإن فشل الآخر تعطى رمية البداية للاعبين المقابلين ، وفي هذه اللعبة تحتسب النقط للفريق الذى يرمى رمية البداية . ويكسب الفريق إذا حصل على إحدى عشرة نقطة .

١٣٤ — الكرة النطاطة



(شكل ٦٠)

الملعب :

مستطيل مساحته ٨×١٥ أمتار ويقسم إلى قسمين متساويين بينهما مسافة حياز قدرها متر واحد .

الأدوات :

كرة تنس :

اللاعبون :

تعطى الكرة لفريق ، ويختار الفريق الآخر قسما له من الملعب ينتشر اللاعبون فيه .

طريقة اللعب :

تعطى الكرة لفريق ويختار الفريق الآخر قسما له من الملعب . وعند الإشارة بالبدء ينطط الكرة أى لاعب على الأرض مرة واحدة لرمية البداية ، وعند ارتفاعها من الأرض يضربها بكفه لكي تصل إلى ملعب الفريق المضاد وتنط على أرضه . فإذا لم تصل الكرة إلى ذلك الملعب تعاد ثانية لنفس الفريق كي يحاول نفس اللاعب رمية البداية مرة ثانية فإن فشل انتقلت رمية البداية لزميل له وهكذا . ويستمر اللعب فى الفريق الواحد حتى يصير مجموع النقاط خمسا ثم يأخذ الفريق المضاد رمية البداية من جديد . وتنتقل للفريق الأول بعد خمس نقط أخرى وهكذا . وفى كل مرة ترمى الكرة للمعب يحاول أى لاعب فى الفريق إرسالها للمعب الثانى بعد أن تنط مرة على الأرض فإذا لم يفلح اللاعب فى ضربها أو لم يفلح فى إرسالها للمعب المقابل تحتسب نقطة للفريق المضاد .

شروط اللاعب :

- (١) يكون ضرب الكرة بالكف بعد أن تنط على الأرض مرة .
- (٢) لا يسمح للاعبين من فريق بضرب الكرة بالتعاقب لإرسالها للمعب المقابل .
- (٣) لكل لاعب فى الفريق محاولتان فى رمى الكرة رمية البداية للمعب الفريق المضاد وإذا فشل تحتسب نقطة ضد فريقه و يأخذ رمية البداية زميل له .
- (٤) تبقى الكرة فى يد الفريق حتى يكون عدد النقاط خمسا وإن اختلف عدد رماة البداية .
- (٥) تنتهى اللعبة بانتهاء لاعبي الفريقين كل بدوره فى أخذ رمية البداية .
- (٦) الفريق الفائز هو الحاصل على أكبر مجموع من النقاط .

١٣٥ - الكرة المتدحرجة

الملعب :

مستطيل مساحته ٥٠ × ١٠٠ متر ويوضع به حرميان لكرة القدم أو الهوكي .

الأدوات :

كرة قدم

اللاعبون :

من ٩ إلى ١٥ لاعبا لكل فريق .

طريقة اللعب :

تتبع هذه اللعبة قواعد لعبة كرة القدم . ولكن في هذه اللعبة تضرب الكرة باليد بدلا من القدم . وتبدأ اللعبة بوضع الكرة على الأرض وضربها بواسطة وسط الهجوم تجاه حرمي الفريق المضاد . وفي أثناء ذلك يقف اللاعبون من الفريق المضاد على بعد ٣ أمتار من الضارب للكرة وتستمر الكرة بضربها من لاعب لآخر باليد الواحدة مفتوحة .

وتحتسب الإصابة إذا مرت الكرة بين قائمي المرمى . وتحتسب نقطة واحدة لكل إصابة .

الرمية الركنية :

يقف اللاعب الرامي للرمية الركنية في ركن الملعب ويدحرج الكرة داخل الملعب .

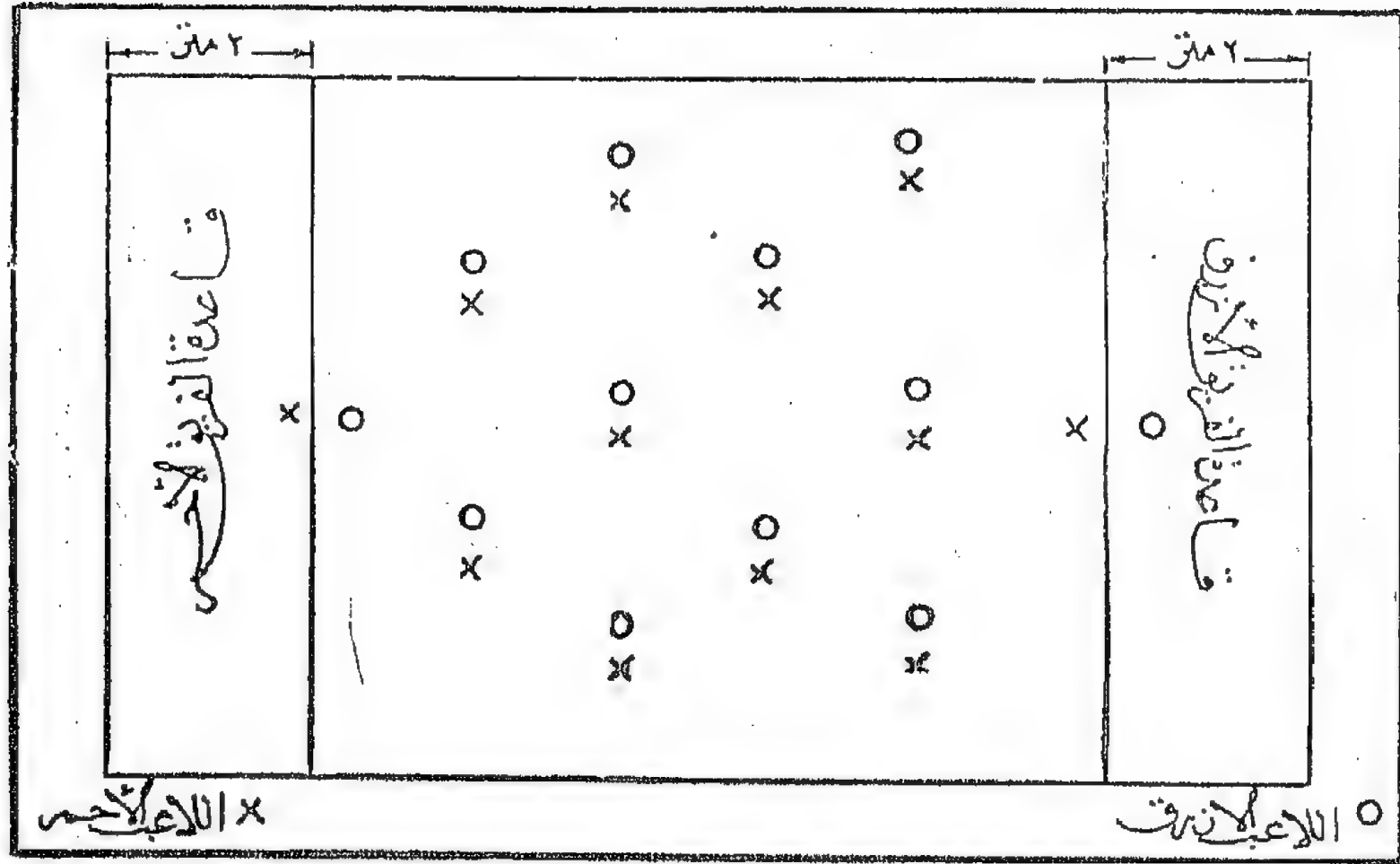
شروط اللعب :

- (١) يجب ألا ترتفع الكرة عن علو الكتفين .
- (٢) إذا خرجت الكرة خارج الخطين الجانبيين فتدحرج داخل الملعب كالرمية الركنية تماما .
- (٣) إذا خرجت الكرة وراء خط المرمى فتوضع أمامه وعلى بعد ٣ أمتار منه وتدحرج بواسطة حارس المرمى .
- (٤) مدة اللعب عشرون دقيقة لكل شوط .

الأخطاء :

- (١) مسك لاعب أو دفعه بالكتف أو محاولة إيقاعه .
 - (٢) ضرب الكرة بالقدم أو إيقافها به .
 - (٣) ضرب الكرة بقبضة اليد .
 - (٤) حمل الكرة .
 - (٥) تنطيط الكرة إلا بيد واحدة .
 - (٦) رمي الكرة أو غرورها من الأرض بيد واحدة أو باليدين معا .
- وتعطى ضربة حرة للفريق المضاد إذا حدثت إحدى الأخطاء المذكورة .
- فتؤخذ على بعد خمسة أمتار من مرمى الفريق المضاد وفي أثناءها يقف حارس المرمى في مرماه فقط لصدها ، بينما يقف الآخرون على بعد ثلاثة أمتار منه .

١٣٦ — ملك القلعة



(شكل ٦١)

الملعب :

مستطيل مساحته ١٥ × ١٠ أمتار. وعلى بعد مترين من الخطين القصيرين يرسم خطان موازيان لهما وتسمى المسافة بين الخطين "القاعدة".

الأدوات :

كرة قدم .

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكون من ١٠ إلى ١٥ لاعبا . وينتخب لاعب من كل فريق ليمثل الملك ، ويقف داخل القاعدة الخاصة بفريقه . ويقف اللاعبون الآخرون في الملعب بحيث يكون كل لاعب من فريق بجواره لاعب من الفريق المضاد كما في الرسم .

طريقة اللعب :

ينشط الحكم الكرة بين لاعبين مضادين ، فيمسكها أحدهما ثم تمرر بين لاعب وآخر حتى تصل إلى يدي الملك الواقف في القاعدة . وعند ما يحصل الملك على الكرة يهرب اللاعبون من الفريق المضاد في الملعب بعيدا عن الكرة بحيث لا يتعدون خطوط الملعب المرسومة .

شروط اللعب :

(١) لا يسمح بمسك الكرة أكثر من ثلاث ثوان . ومخالفة هذه القاعدة تعطى رمية حرة للفريق المضاد .

(٢) لا تحمل الكرة مطلقا ولو خطوة واحدة . ومخالفة هذه القاعدة تعطى رمية حرة للفريق المضاد .

(٣) لا يجوز للملك أن يتخطى الخط الداخلي للقاعدة الواقف فيها . ومخالفة هذه القاعدة تعطى رمية حرة للفريق المضاد .

(٤) لا يسمح للاعب غير الملك بالوقوف داخل القاعدة . ومخالفة هذه القاعدة تعطى رمية حرة للملك .

(٥) اللعب الخشن ممنوع . وفي حالة حدوثه تعطى رمية حرة للفريق المضاد .

(٦) لا يسمح للاعب بضرب الكرة باليد أو عرقلة لاعب آخر إلا تعطى رمية حرة للفريق المضاد .

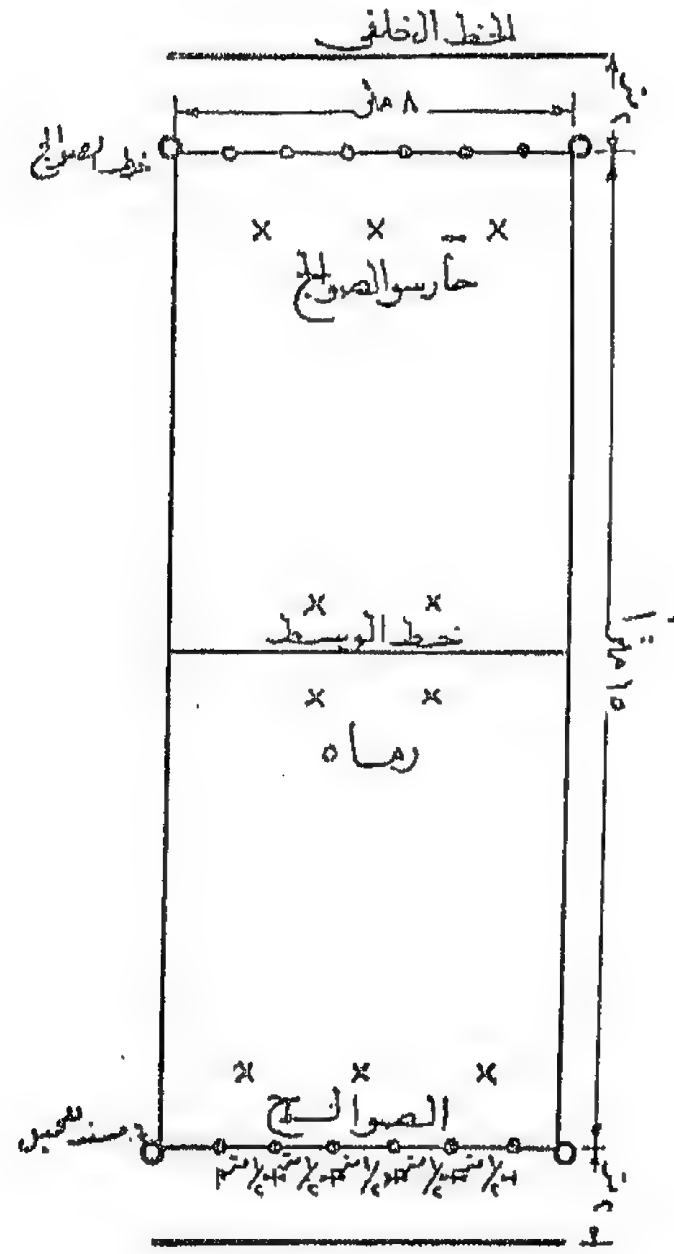
(٧) إذا خرجت الكرة فوق خطي الجانب فإن الحكم ينشطها بين لاعبين مضادين في المكان الذي خرجت عنده .

(٨) إذا خرجت الكرة فوق خطي النهاية فينشطها الحكم في الوسط بين لاعبين مضادين .

(٩) إذا رمى الملك الكرة على لاعب مضاد ولقفها اللاعب قبل أن تصل الأرض فلا تحسب نقطة للفريق .

(١٠) وتحتسب نقطة للفريق إذا تسلم الملك الكرة ورماها فأصاب لاعبا من الفريق المضاد قبل أن تلمس الأرض .

١٣٧ - كرة الموقعة



(شكل ٦٢)

الملعب :

مستطيل مساحته 15×18 أمتار مقسم إلى قسمين متساويين بخط منتصف .
ويكون الهدف الخط الخلفي لكل قسم أو خط الصواب حيث يوضع عليه عدد
من صواب .

الأدوات :

كرة قدم أو كرة سلة ، وصواب لكل اثنين منهما حارس ، وتوضع مثنى مثنى
بحيث يبعد كل صواب عن الآخر بمسافة قدرها ٥٠ سم .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما خمسة أو أكثر ، يتخذ كل منهما قسما من الملعب ويقسم لاعبيه إلى حراس وهجوميين . ويقف الحارس أمام زوج من الصوابح لحراستهما . ويقف الهجوميون على خط النصف . ويحسن أن يكون الحراس من أحسن اللاعبين للكرة في الفريق ، والهجوميون من أحسن الرماة .

طريقة اللعب :

يختار أحد الفريقين الكرة ، ويختار الآخر قسما من الملعب . وعند الإشارة بالبده تمرر الكرة من لاعب لآخر بالرمي باليد أو بالتنطيط ، بغرض إصابة صوابح الفريق المضاد بالكرة وإيقاع أحدها ، أو إصابة هدفه برمي الكرة وتخطيتها خط صوابحه بدون أن تصيب صوبلها ، ويسعى الهجوميون في الفريق المضاد طبعاً في عرقلة الكرة وأخذها .

شروط اللعب :

(١) يكون تمرير الكرة بالرمي باليدين ولكن لا يصح الجرى بها أكثر من خطوة . وفي حالة الخطأ تعطى رمية حرة للفريق المضاد .

(٢) يمكن تنطيط الكرة على الأرض .

(٣) يستطيع اللاعبون الانتقال في أى اتجاه في الملعب .

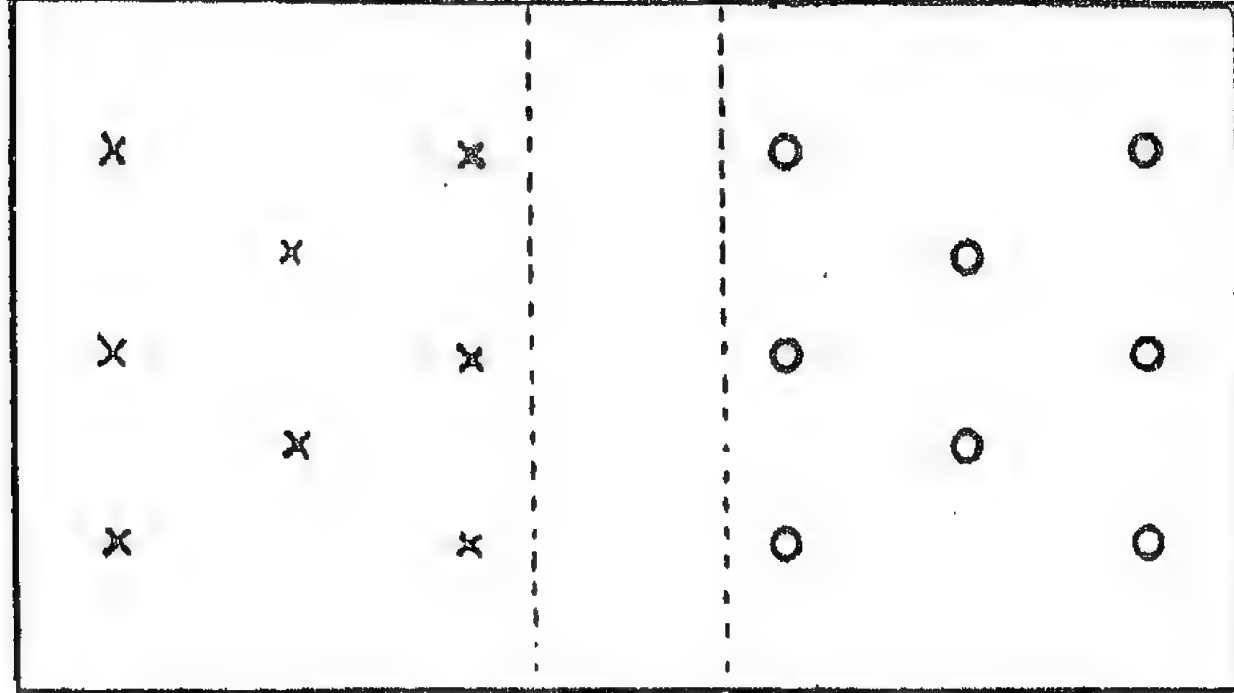
(٤) يصد الحراس الكرة بالقدمين أو اليدين .

(٥) إذا أصاب الهجوم الكرة صوبلها فتحتسب للفريق خمس نقاط .

(٦) إذا تخطت الكرة خط الصوابح دون أن تصيب صوبلها فتحتسب للفريق نقطتان .

(٧) إذا أصابت الكرة زوجاً من الصوابح فتحتسب للفريق عشر نقاط .

١٣٨ - كرة المرمى



(شكل ٦٣)

الملعب :

مستطيل مساحته 10×16 أمتار في منتصفه شبكة ، وعلى بعد متر من جانبيها يرسم خطان ، تسمى المسافة بينهما "الأرض المحايدة" .

الأدوات :

كرة قدم وشبكة أو حبل على ارتفاع متر ونصف من الأرض .

اللاعبون :

فريقان يتكوّن كل منهما من ٨ إلى ١٠ لاعبين ويتخذ كل فريق قسما من الملعب .

طريقة اللعب :

عند بدء اللعب يأخذ لاعب من أحد الفريقين الكرة ، ويرميها بيديه للمعب المقابل فوق الشبكة والأرض المحايدة . ويحاول الفريق الآخر إعادة الكرة برميها قبل أن تقع على الأرض . فإذا لمست الكرة الأرض فتعطى نقطة للفريق الذى رماها .

شروط اللعب :

(١) الطريقة الأساسية في اللعب هي الرمي باليدين من ملعب لآخر . ولا يصح ضرب الكرة بقبضة اليد أو ضربها باليد المفتوحة لتتخطى الشبكة ، أي من ملعب لآخر .

(٢) لا يصح أن تضرب الكرة باليد المفتوحة إلا إذا كان الغرض من ذلك تمرير الكرة من لاعب لآخر في نفس الفريق ، على شرط ألا يزيد تمريرها عن لاعب واحد .

(٣) يستمر الفريقان في تبادل الكرة في أى اتجاه في الملعبين ، حتى تقع الكرة على الأرض ، فتحسب نقطة ضد الفريق الذى وقعت عنده الكرة . ويبدأ اللعب من جديد برمية بداية من الفريق الذى حصل على النقطة .

(٤) تكون البداية برمية فوق الشبكة للملعب المقابل ، أو بضرب الكرة لتمريرها لمهاجم من نفس الفريق . وإذا لم يتمكن اللاعب المهاجم من ضربها فوق الشبكة فتحسب نقطة ضد فريقه .

(٥) لا يجوز الجرى بالكرة أو ضربها بالقدم .

(٦) إذا رميت الكرة برمية البداية ونزلت خارج الملعب ، أو دخلت تحت الشبكة أو فيها ، أو نزلت على الأرض المحايدة ، فتحسب نقطة للفريق المضاد وتعطى له رمية البداية .

(٧) إذا لمست الكرة الشبكة ونزلت في الملعب فتعتبر رمية جيدة .

(٨) الفريق الذى يحوز على ٣٠ نقطة أولاً يعد فائزاً .

١٣٩ - كرة الشبكة ذات التسعة مربعات

٢٤ مترا			
٣	٤	٥	فائمه كرة بشبكة
٢	٩	٦	
١	٨	٧	
١٥ مترا			

(شكل ٦٤)

الملعب :

مستطيل طوله من ٢٤ إلى ٣٩ مترا ، وعرضه من ١٥ إلى ٢١ مترا ، يقسم إلى تسعة مستطيلات متساوية بخطوط رأسية وأفقية كما في الرسم ، وتعطى أرقام لهذه المستطيلات .

الأدوات :

قائمان لكرة الشبكة وكرة القدم .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما ٩ لاعبين يقفون أزواجا في كل مستطيل . كل لاعب ومعه لاعب مضاد .

الغرض من اللعبة :

إصابة الهدف برمي الكرة في سلة الفريق المضاد بواسطة المهاجمين في المستطيلات

١ و ٢ و ٣ و ٥ و ٦ و ٧

طريقة اللعب :

ينشط الحكم الكرة في المستطيل رقم ٩ بين لاعبين فيه ٤ ثم تمرر بين اللاعبين حتى يصاب الهدف .

وعند إصابة الهدف مرة يتحرك جميع اللاعبين للمستطيلات المجاورة ٤ أى أن رقم ٨ إلى رقم ١ ، ورقم ١ إلى رقم ٢ وهكذا . وبهذه الطريقة يتمكن كل لاعب من أخذ دوره في الدفاع والرمي على السلة

شروط اللعب :

(١) إذا خرجت الكرة على خط الجانب أو خط المرمى فيرميها لاعب من الفريق المضاد من النقطة التي خرجت منها . ويجب أن يقف جميع اللاعبين بعيداً عنه بقدر ٣ أمتار على الأقل .

(٢) لا يجوز حمل الكرة ولا مسكها أكثر من ٣ ثوان .

(٣) لا يجوز ضرب الكرة بالقدم أو بقبضة اليد .

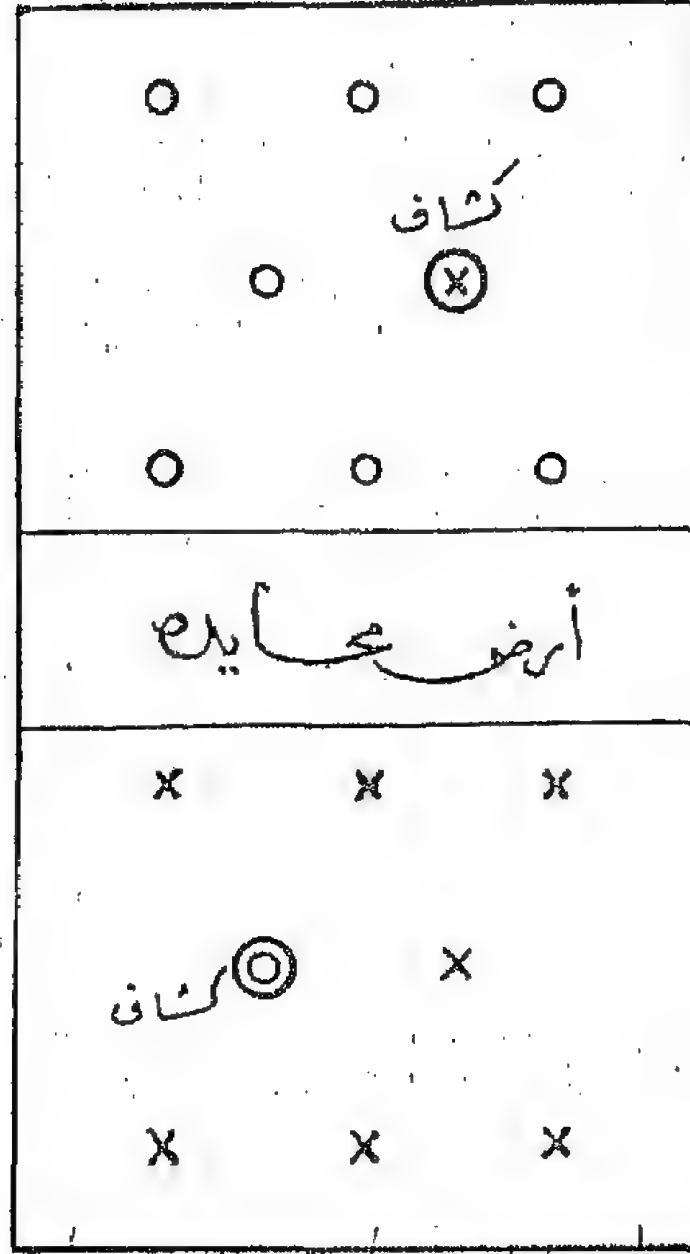
(٤) على اللاعبين البقاء في مستطيلاتهم .

(٥) مخالفة أية قاعدة من القواعد المذكورة تعطى الحق لرمية حرة للفريق المضاد .

(٦) إذا مسك الكرة لاعباً في وقت واحد فلا يحكم أن ينشطها بينهما عند المكان الذي مسكت فيه .

(٧) إذا لم تحصل إصابات على الهدف في مدة ٣ دقائق يتحرك اللاعبون من مستطيلاتهم .

١٤٠ - الكشاف



(شكل ٦٥)

اللاعب :

مستطيل مساحته ١٢ × ٢٥ متراً تقريباً ، يقسم إلى قسمين متساويين بأرض محايدة عرضها متران

الأدوات :

كرة قدم .

اللاعبون :

فريقان كل فريق مكون من ٩ إلى ١٢ لاعبا . ويقف كل فريق في نصف الملعب ويرسل لاعبا منه ليقف في أرض الفريق المضاد ، ويسمى هذا اللاعب "الكشاف". (يمكن إرسال كشافين أو ثلاثة من كل فريق) .

طريقة اللعب :

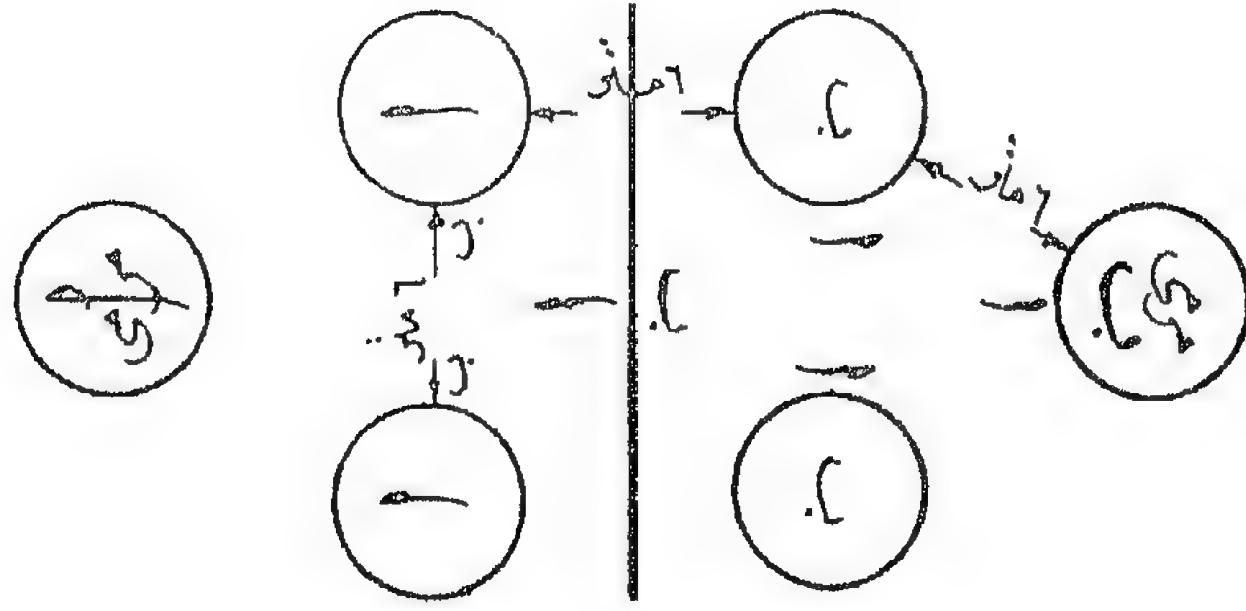
تبدأ اللعبة بتنطيط الكرة في الأرض المحايدة بين لاعبين متضادين ، فيتلقفها أحدهما ويمررها للخلف لأحد أفراد فريقه في ملعبه . ومن ثم يحاول كل فريق أن يرسل الكرة فوق الأرض المحايدة لكشافه .

وتحتسب نقطة للفريق الذي يتلقف كشافه الكرة من أحد لاعبي فريقه في الجزء الآخر من الملعب .

شروط اللعب :

- (١) لا يجوز مسك اللاعبين . وجزاء المخالفة رمية حرة للفريق الآخر .
- (٢) لا يجوز الجرى بالكرة أو ضربها بالقدم وجزاء المخالفة رمية حرة للفريق الآخر .
- (٣) إذا خرجت الكرة خارج الملعب من الجنب أو الخلف فيأتي بها للملعب أقرب لاعب ، ويرميها لأحد أفراد فريقه في ملعبه ، ولا يجوز للكشاف الخروج من الملعب لإحضار الكرة .
- (٤) يمكن للكشافين من فريق واحد تبادل الكرة فيما بينهم بالرمي ، ولكن مثل هذه الرميات لا تحتسب نقطة للفريق .
- (٥) الفريق الذي يحصل على ١٠ نقط أولا يعد فائزا .

١٤١ — كرة الرئيس



(شكل ٦٦)

الملعب :

مثلثان متقابلان طول كل ضلع فيهما ٦ أمتار تقريبا ، وبينهما مسافة ٦ أمتار ينصفها خط . وترسم على رؤوس المثلثين دوائر قطر كل منها متران تقريبا .

الأدوات :

كرة تنس أو كيس حب أو كرة قدم .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما سبعة لاعبين . منهم ثلاثة يقفون في ثلاث دوائر على مثلث ، وثلاثة لاعبين للدفاع يقفون قريبا من دوائر الفريق المضاد في المثلث الثاني ، ولاعب وسط يقف في منتصف الملعب ويمكنه أن يتحرك في أى اتجاه في الملعب ، ويقف رئيس الفريق في دائرة المرمى .

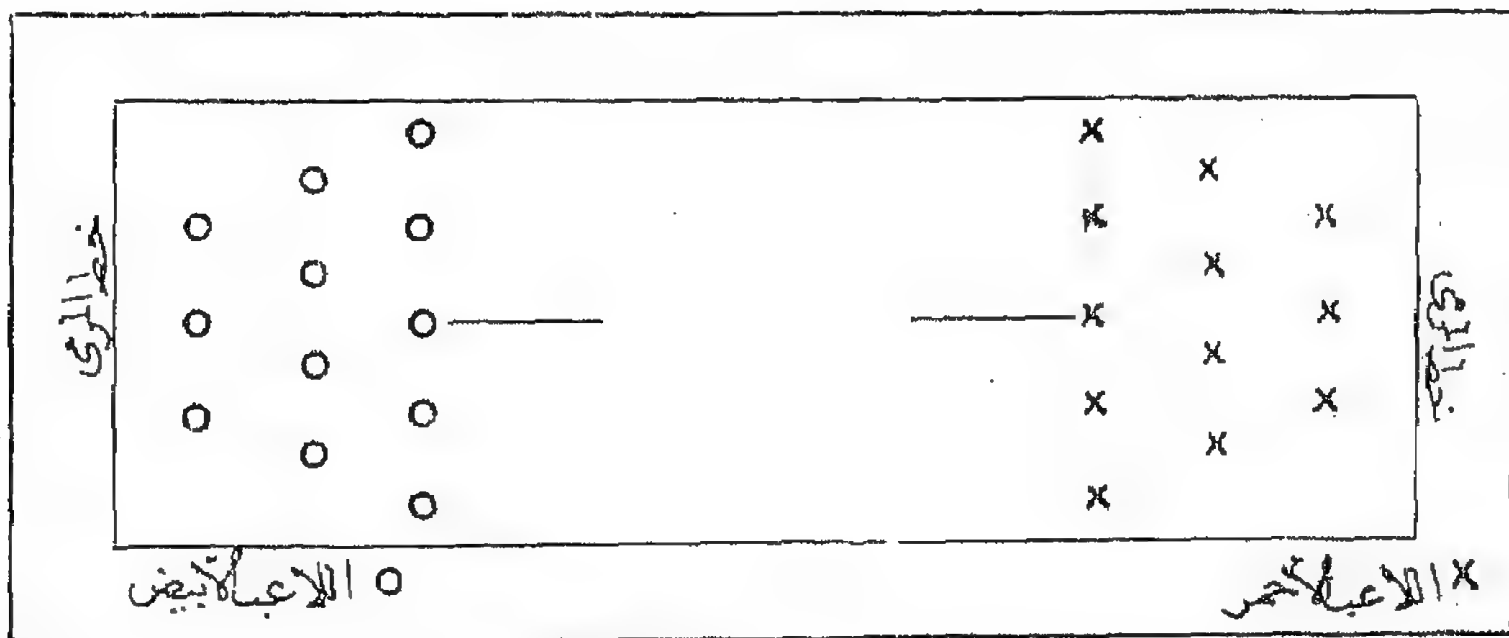
طريقة اللعب :

يرمى المدرس الكرة بين لاعبي الوسط من الفريقين . فيحاول أحدهما مسكها ورميها باليدين لأحد أفراد فريقه من الواقفين داخل الدوائر . ويحاول هذا أن يرميها للرئيس في المرمى فإذا تلقفها احتسب لفريقه نقطة .

شروط اللعب :

- (١) إذا تلقف الرئيس الكرة من دفاع فريقه الموجودين على المثلث الثانى لا تحتسب إصابة .
 - (٢) لا يخرج اللاعبون من الدوائر مطلقا ، أما الدفاعيون فيستطيعون التنقل من مكان لآخر داخل المثلث .
 - (٣) يستطيع لاعب الوسط التحرك فى أى اتجاه فى ناحية فريقه من الخط وليس له الحق فى الانتقال للجهة الثانية .
 - (٤) يستطيع الدفاع رمى الكرة للاعبى الفريق فى الدوائر أو تمرير الكرة بين لاعبي الدفاع .
 - (٥) لا يجوز للاعبين : الجرى بالكرة — مسكها أكثر من ٣ ثوان — ضربها بالقدم — تنطيطها — ضربها باليد مقفلة بدلا من رميها — لمس الكرة عند ما يتلقفها لاعب آخر بكتا يديه — دفع أو مسك لاعب آخر .
- وفى حالة مخالفة إحدى هذه القواعد تعطى رمية حرة للفريق المضاد على المرمى ولا يسمح إلا لواحد فقط من المدافعين بعرققتها .

١٤٢ — كرة المقلاع



(شكل ٦٧)

الملعب :

مستطيل مساحته ١٠٠ × ٥٠ مترا ويخطط بخطوط واضحة .

الأدوات :

كرة ذات علاقة .

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكوّن من ١٠ إلى ٢٠ لاعبا ، ويقف كل فريق في الناحية الخاصة به في الملعب قريبا من خط المرمى . ويوزع اللاعبون للهجوم والدفاع كما في كرة القدم تماما .

الغرض من اللعبة :

رمى الكرة لتمر فوق خط مرمى الفريق المضاد .

طريقة اللعب :

تؤخذ الكرة ويمسكها لاعب من فريق ، ويرميها تجاه خط مرمى الفريق المضاد بدون أن يتحرك أماما . فإذا أمسكها لاعب من الفريق المضاد قبل أن تنزل على الأرض فله الحق أن يأخذ ثلاث خطوات طويلة بالجرى أماما قبل أن يرمى الكرة ثانية . وإذا لم تمسك الكرة وهي في الهواء ولمست الأرض فانها ترمى من النقطة التي نزلت عندها .

وتحتسب الإصابة إذا هربت الكرة فوق خط المرمى إلا إذا مسكت قبل أن تلمس الأرض .

شروط اللعب :

- (١) ترمى الكرة بذراع واحدة فقط (اليسرى أو اليمنى حسب الاتفاق) .
- (٢) لا يسمح لفريق واحد أن تكون له رميةان متعاقبتان .
- (٣) إذا خرجت الكرة فوق خط الجانب فيرميها لاعب مضاد من النقطة التي خرجت منها .

(٤) بعد إصابة المرعى يأخذ الكرة لاعب من الفريق المضاد ويبدأ اللعب ثانية .

(٥) فى هذه اللعبة لا يتصل أفراد الفريقين بعضهم ببعض مطلقا فى الملعب وتسمى المنطقة الواقعة بينهما فى الملعب " منطقة الحياد " .
ويستمر تحرك كلا الفريقين أماما وخلفا حسب الرميات نفسها .

١٤٣ — كرة الحدود

الملعب :

مستطيل مساحته ١٦ مترا × ٨ أمتار تقريبا ، مقسم إلى قسمين متساويين بخط منصف .

الأدوات :

كرة طائرة أو كرة سلة .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما نحو عشرة لاعبين أو أكثر ، يقفون فى صف على بعد أربعة أمتار تقريبا من الخط المنصف . وتعمل القرعة بين الفريقين على الكرة .

طريقة اللعب :

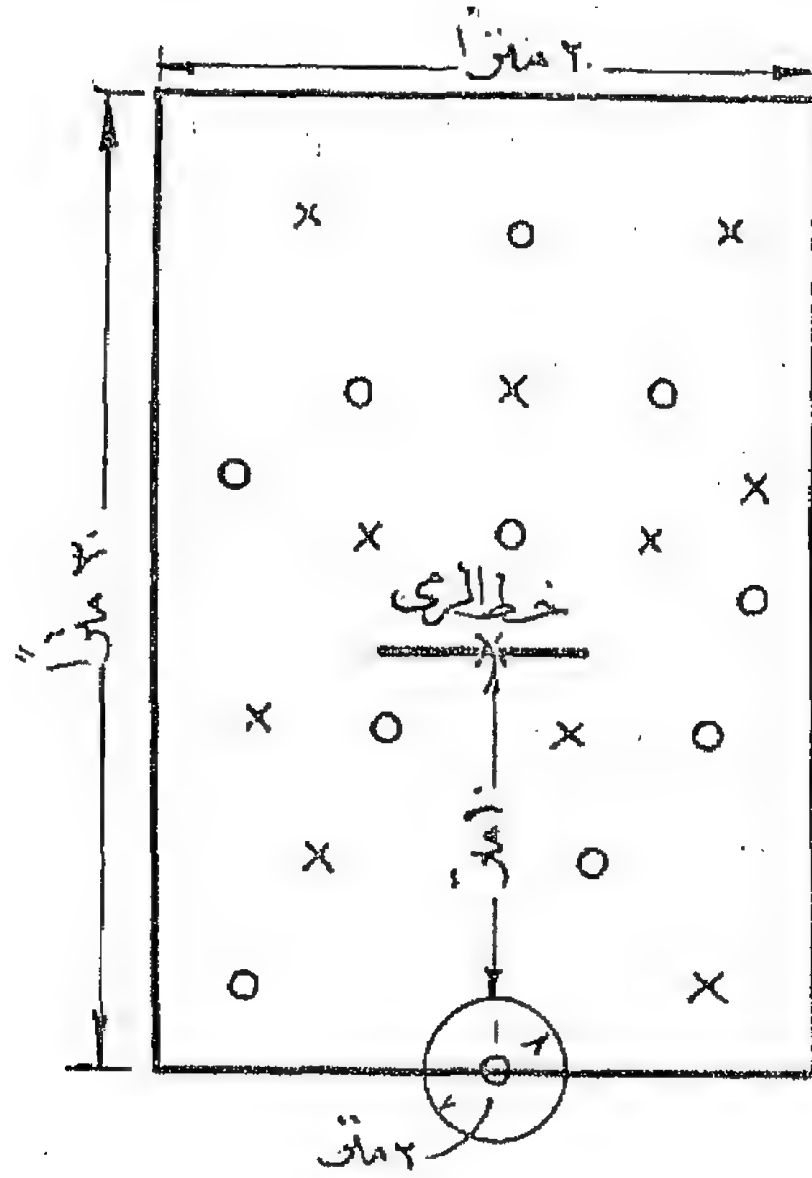
تعطى الكرة للاعب فى منتصف الصف ، وعند الإشارة بالبدا يرميها باليدين الرمية الأولى بفرض مرورها خلف الحد الخلفى للملعب الفريق المضاد . فإذا أفلح الفريق فى ذلك احتسبت له نقطة .

وبما أن كل فريق واقف فى البدا على بعد أربعة أمتار من الخط المنصف ففى استطاعة كل منع الكرة فى مكان الاصطفاف ، وبذا يمكن لأى لاعب فى الصف أن يتأخر خلفا لمنع الكرة من الوصول للحدود . والنقطة التى توقف عندها الكرة تعين المكان الجديد لاصطفاف الفريق . كذلك يستطيع اللاعبون التقدم للأمام بشرط ألا يقل بعدهم عن الخط المنصف عن أربعة أمتار .

وإذا تدرجت الكرة على الأرض يمكن أن يوقفها لاعب ، ويعد هذا المكان صالحا أيضا للاصطفاف ، ولكن إذا تدرجت الكرة خلف خط الحدود لا تحسب للفريق نقطة .

وإذا تراجع فريق حتى خط حدوده فإنه يضطر للوقوف هناك ، إلا إذا نجح في إيقاف الكرة أمام الخط حيث يتقدم الصف للموضع الجديد .
تنتهى اللعبة بالحصول على خمس نقط .

١٤٤ — اضرب والمس



(شكل ٦٨)

الملعب :

مستطيل مساحته ٣٠ × ٢٠ مترا تقريبا ، يوجد في منتصف ضلعه القصير دائرة قطرها متران تقريبا ، وعلى بعد ١٠ أمتار منها يرسم خط الزمى .

الأدوات :

كرة تنس .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من تسعة إلى خمسة عشر لاعبا . يسمى أحدهما الفريق الضارب والآخر الفريق الرامي . يأخذ كل لاعب فيهما رقما خاصا ويتشرب لاعبو الفريقين في الملعب .

طريقة اللعب :

يقف اللاعب الأول من الفريق الضارب داخل الدائرة ، واللاعب الأول من الفريق الرامي على خط الرمي ومعه الكرة . وعند سماع الإشارة يرمي الرامي الكرة عاليا نوعا نحو الدائرة ، فيضربها الضارب بكفه ، ويجرى ليلمس أكبر عدد من اللاعبين الواقفين (بصرف النظر عما إذا كانوا من فريقه أو من الفريق المضاد) مع عدم يلمسه بصوت مرتفع . وفي نفس الوقت يحاول لاعب واحد من الفريق المضاد لقف الكرة أو مسكها ورميها للرامي ، فينططها هذا على الأرض مرة ويصيح "قف" . فيقف الضارب في مكانه ويعطى عدد من لمسه . ثم يتقدم اللاعب الثاني من الفريقين مكان الضارب والرامي . وهكذا حتى يأخذ كل لاعب في الفريق الضارب دوره ، فيتبادل الفريقان العمل .

والفريق الفائز من كان عدد من لمسه أكبر .

شروط اللعب :

(١) يرمي الرامي الكرة نحو الدائرة في متناول الضارب وله ثلاث محاولات فإن أخفق احتسب للضارب خمس نقط .

(٢) يضرب الضارب الكرة بكفه (اليد المفتوحة) وله ثلاث محاولات فإن أخفق احتسب للرامي خمس نقط .

- (٣) لا يجزى خالف الكرة للقفها أو مسكها غير أقرب لاعب لها .
(٤) لا يسمح باللمس اللاعب مرة ثانية إلا إذا لمس أربعة لاعبين بعده .
(٥) لا يسمح باللمس اللاعب المتحاري خلف الكرة لمسكها .

١٤٥ — صد الكرة

الملعب :

دائرة كبيرة قطرها ١٠ أمتار تقريبا .

الأدوات :

كرة قدم .

اللاعبون :

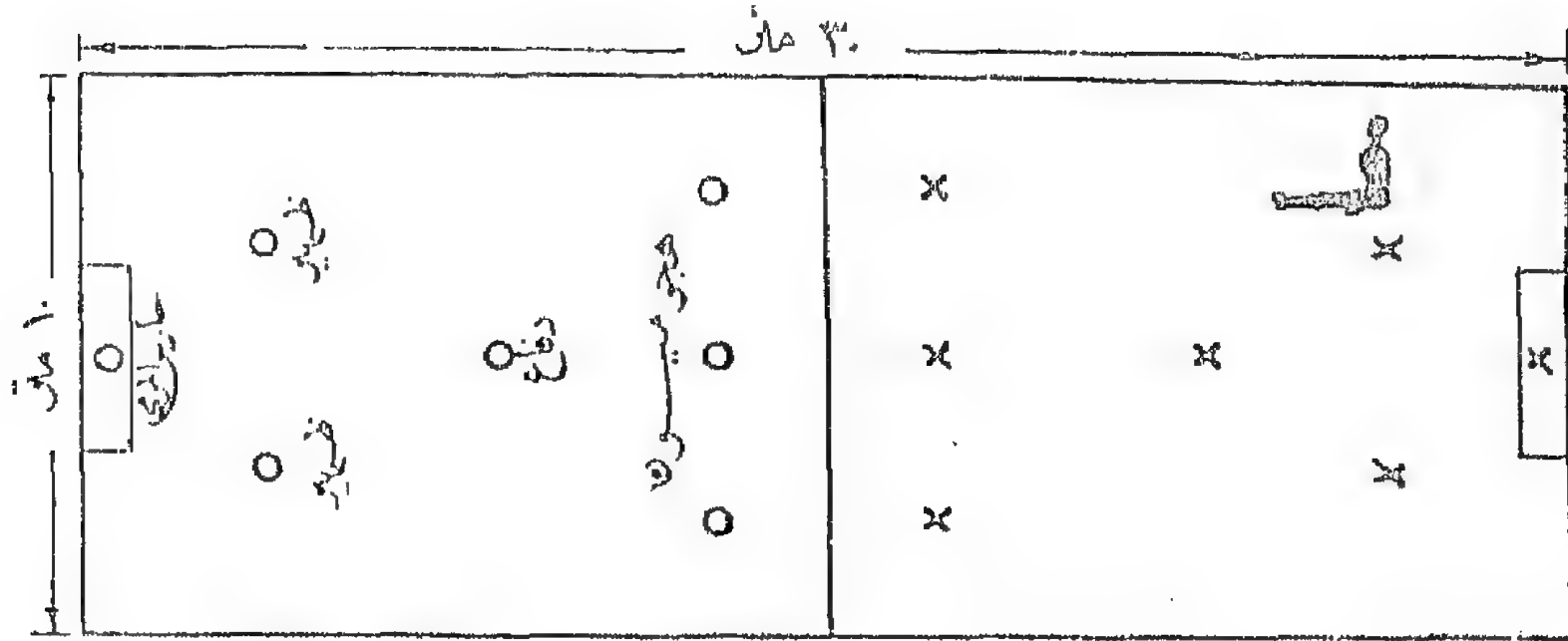
من ١٠ إلى ٢٠ لاعبا، يقفون على محيط الدائرة ماعدا واحدا يقف في وسطها .
ويقف الآخرون ، مع تباعد قدمي اللاعب وتلاصق أقدام اللاعبين كلهم حول
الدائرة . وتوضع اليدان على الركبتين في أثناء الوقوف .

طريقة اللعب :

يأخذ اللاعب الواقف في الوسط الكرة ، ويضربها بالقدم لتمر بين أرجل اللاعبين ،
ويحاولون هم بدورهم صدها باليدين .

وإذا دخلت الكرة بين رجلى لاعب يغير مكانه مع لاعب الوسط ، ويستمر
اللعب .

١٤٦ — كرة الزحف



(شكل ٦٩)

الملعب :

مستطيل مساحته ١٠ × ٢٠ مترا تقريبا ، في نهايته هدفان عرض كل منهما ١ ١/٢ متر تقريبا . ويكون الملعب غرفة واسعة أو صالة تدريب أو قطعة أرض مزروعة حشيشا .

الأدوات :

كرة قدم أو كرة ممالة .

اللاعبون :

فريقان يتكوّن كل منهما من ٧ إلى ١١ لاعبا .

طريقة اللعب :

يجثو حارسا المرمى على الركبتين ، أما باقي اللاعبين فيجلسون مع استقامة الركبتين وفي انتقالهم من مكان لآخر يزحفون بمساعدة اليدين .

توضع الكرة عند بدء اللعب في منتصف الملعب بين وسطى هجوم الفريقين . وعند سماع الصفارة يتقدم المهاجميون ويمررون الكرة فيما بينهم أو بينهم وبين اللاعبين الآخرين بضربها بالقدم أو الرأس .

شروط اللعب :

- (١) لا يسمح لأى لاعب بمسك الكرة باليدين .
- (٢) يسمح لحارس المرمى وحده بمسك الكرة بيده أو يديه ورميها فى الملعب .
- (٣) لا يسمح لأى لاعب بالوقوف على القدمين .
- (٤) تحتسب الإصابة إذا دخلت الكرة المرمى من لاعب .
- (٥) مدة اللعب من ٥ إلى ١٠ دقائق لكل شوط .

١٤٧ — كرة المجل

الملعب :

مستطيل مساحته ١٥ × ٣٠ مترا تقريبا ، وبطرفيه هدفان عرض كل منهما متران .

الأدوات :

كرة قدم توضع فى وسط الملعب .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ٧ إلى ١١ لاعبا .

طريقة اللعب :

يقف كل لاعب على قدم واحدة وعند الإشارة بالبده يتقدم المهاجميون من كل فريق نحو الكرة لضربها بالقدم ، بقصد تبادل تمريرها بين أفراد الفريق لإصابة هدف الفريق المضاد .

شروط اللاعب :

- (١) يكون ضرب الكرة بالقدم الثابتة على الأرض وليس بالقدم المرفوعة .
- (٢) يستطيع اللاعبون الانتقال من مكان لآخر في الملعب على أن يكون الانتقال بالجمل .
- (٣) يستطيع اللاعبون تغيير القدم الثابتة على شرط ألا تكون القدمان معا على الأرض في أية لحظة .
- (٤) لحارس المرمى أن يصد الكرة بقدمه أو يديه على شرط أن يكون واقفا على قدم واحدة أيضا .
- (٥) تحتسب الإصابة إذا اخترقت الكرة هدف الفريق المضاد على الأرض أو مرتفعة بشرط ألا يكون ارتفاعها عاليا جدا بحيث لا يستطيع الحارس الوصول لها .
- (٦) بعد خمس دقائق يتبادل الفريقان أماكنهما .

١٤٨ — كرة البولو

الملعب :

دائرتان متداخلتان نصف قطر الصغرى ٨ أمتار تقريبا والكبرى ١٢ مترا .

الأدوات :

كرة قدم .

اللاعبون :

فريقان (الخيال والخيالة) عدد كل منهما من ١٠ إلى ١٥ لاعبا، يقفون متباعدين على الدائرتين، بحيث يكون "الخيال" على الدائرة الصغرى و"الخيالة" خلف الخيل على الدائرة الكبرى .

طريقة اللعب :

عند سماع الإشارة يركب الخيالة على ظهور الخيل (يثنى التلاميذ الجذع ويضعون اليدين على الفخذين أو الركبتين. ويجلس الخيالة مستقيمين على ظهورهم).
ويأخذ الكرة أحد الخيالة ويرميها للراكب آخر فيحاول هذا لقفها، بينما يحاول "حصانه" منعه من مسكها، وذلك بالاتواء أو الانثناء على شرط ألا تترك قدماه الأرض. فإذا تلقفها بالرغم من محاولة حصانه تعطى لفريقه نقطة ويستمر اللعب .

أما إذا وقعت الكرة ولم يستطع الراكب لقفها، فعلى جميع الخيالة الآخرين النزول والجرى حول الدائرة بينما يلتقط "الحصان" (الذي تمكن من التغلب على راكمه) الكرة ويرميها من المكان الذي التقطها منه على أحد الخيالة لإصابته، فيحاول هذا التخلص منها بدوره بالوثب عالياً أو الثنى أسفل، على شرط ألا يتعدى عن الدائرة .

وفي أثناء ذلك كله تبقى الخيل في أماكنها على الدائرة. ويحسن أن يقفوا في وضع يتفق عليه كوضع اليدين على الأرض مع ثني الركبتين والرأس خلفاً .

فإذا نجح الحصان في إصابة الخيالة بالكرة يغير الفريقان الأماكن، وإذا لم يفلح تستمر اللعبة بدون تغيير .

شروط اللعب :

(١) ألا تمسك الكرة أكثر من ٣ ثوان دون رميها وفي حالة الخطأ تحسب للفريق المضاد نقطة .

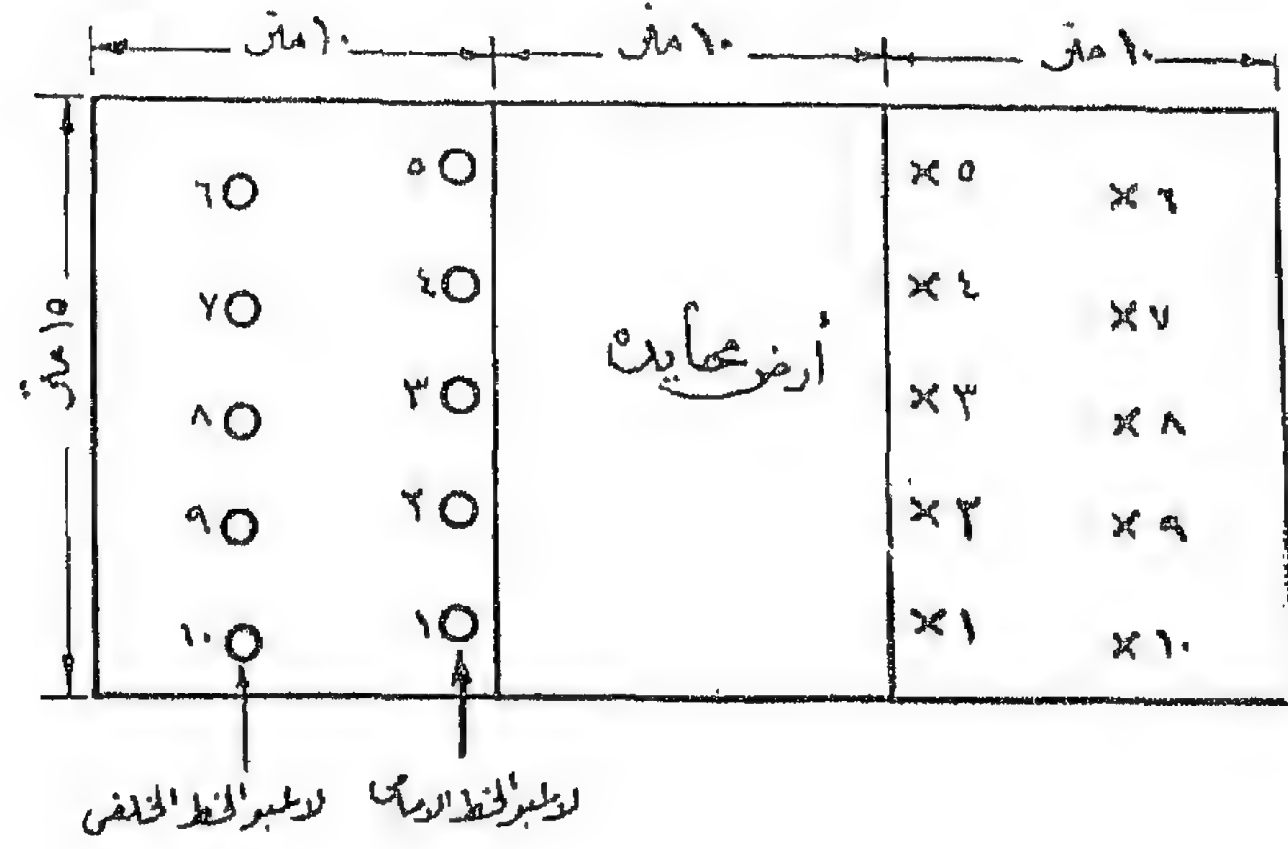
(٢) ألا يتعد الخيال عن الدائرة في محاولة تجنب الكرة ، وفي حالة الخطأ تحسب للفريق المضاد نقطة .

(٣) ألا يحرك حصان قدميه محاولاً منع الراكب من لقف الكرة، وفي حالة الخطأ تعطى الكرة للراكب وتحسب لفريقه نقطة .

(٤) بعد خمس دقائق ينتهى الشوط الأول، فيستريح الفريقان لمدة دقيقة، ثم يبدأ اللعب ثانية مع تبديل أماكن الفريقين (بالنسبة لابتداء اللعب) .

الفريق الفائز هو الذى يحصل على أكبر عدد من النقاط .

١٤٩ — كرة الأرض



(شكل ٧٠)

الملعب :

مستطيل طوله ٣٠ مترا وعرضه ١٥ مترا تقريبا ، مقسم إلى ثلاثة أقسام متساوية .

الأدوات :

كرة قدم .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ١٠ إلى ١٤ لاعبا . ويشغل الفريقان قسمي الملعب في الطرفين ، بحيث يكون نصف الفريق على الخط الأمامي والنصف الثاني على الخط الخلفي . ويعطى كل لاعب رقما .

الغرض من اللعبة :

رمى الكرة باليدين داخل ملعب الفريق المضاد لتلمس الأرض ، فتحتسب نقطة للفريق .

طريقة اللعب :

يرمى الحكم الكرة عاليا في وسط الأرض المحايدة فيتقدم رقما (١) ، ويحاول كل منهما أخذها بسرعة ، وتمريها لأحد أفراد فريقه في الجانب ، ويعدو لمكانه ، فيرميها اللاعب الثاني (لاقف الكرة) بدوره على أرض الفريق المضاد أو تمريرها بين أفراد فريقه ، ويحاول أفراد الفريق المضاد لقف الكرة كيلا تلمس الأرض .

وبعد كل نقطة يتحرك كل اللاعبين مكانا واحدا بحيث يكون اتجاه انتقال الفريق مغايرا لاتجاه انتقال الفريق المضاد . وبذا يأتي رقم ٢ من فريق أمام رقم ١٠ من الفريق الآخر للرمية الثانية . ثم رقم ٣ ضد رقم ٩ للثالثة وهكذا .

شروط اللعب :

(١) يلزم كل فريق القسم المخصص له من الملعب . ويستطيع اللاعب أن يتحرك أماما أو جانبا أو خلفا للقف الكرة دون أن يغير موضعه أو ترتيبه في الفريق .

(٢) يمكن تمرير الكرة بين لاعبي الفريق الواحد قبل رميها على أرض الفريق المضاد .

(٣) لا تحسب الإصابة إلا إذا لمست الكرة أرض الفريق المضاد .

(٤) إذا وقعت الكرة على الأرض المحايدة تعطى رمية حرة للفريق المضاد وكذلك إذا خرجت من الملعب .

(٥) بعد الإصابة واحتساب النقطة للفريق يغير اللاعبون الأماكن ويبدأ اللعب من جديد برمى الكرة في الوسط بين لاعبين .

(٦) الفريق الذي يحصل أولا على ١١ نقطة يعد فائزا .

١٥٠ — كرة المضرب

الملعب :

مستطيل مساحته ٢٠ × ١٠ أمتار .

الأدوات :

شبكة تنس أو ما يماثلها توضع في وسط الملعب . وتعمل كرة صغيرة قطرها ٩ سم تقريبا . ويستخدم كل لاعب مضربا خشبيا أو مضرب التنس .

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكون من ٦ لاعبين ، يأخذ كل لاعب رقما .

طريقة اللعب :

يأخذ رقم ١ الكرة ويقف خلف خط القاعدة ليبدأ برمية البداية ، وذلك بضرب الكرة بالمضرب ضربة عالية أو سفلية . وله أن يرمى الكرة في البداية مرتين فقط . فإذا فشل في ذلك فإن أفراد فريقه يتحركون في اتجاه عقرب الساعة ، يأخذ رقم ٢ مكان رقم ١ ويبدأ برمية البداية ويأخذ رقم ١ مكان رقم ٢ .

وتعاد الكرة كما في التنس تماما . والغرض هو ضرب الكرة بالمضرب لتمر فوق الشبكة وتزل في ملعب الفريق المضاد . وإذا فشل لاعب من أحد الفريقين في ذلك فتحتسب نقطة للفريق المضاد .

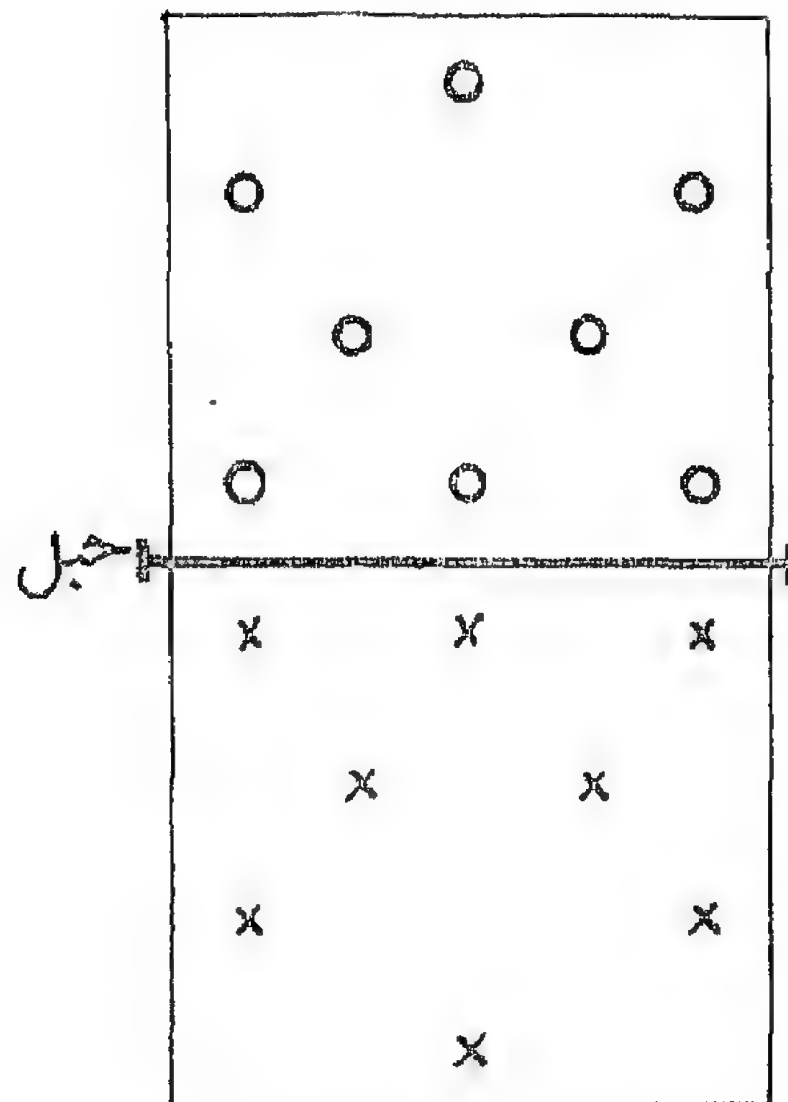
ملاحظة : الضربة العالية يسير فيها الذراع من أعلى لأسفل . أما السفلية فتكون من أسفل لأعلى .

شروط اللعب :

- (١) لا يسمح للاعب بضرب الكرة بمضربه مرتين متتاليتين .
- (٢) لا يجوز لأكثر من ثلاثة لاعبين ضرب الكرة لإعادتها للملعب الفريق المضاد .

- (٣) لا يجوز ضرب الكرة بغير المضرب .
- (٤) لا يجوز لمس الشبكة بالمضرب أو بالجسم .
- (٥) لا يجوز للاعب ضرب مضرب لاعب آخر .
- (٦) تعتبر مخالفة القواعد المذكورة خطأ ضد الفريق الذي حدث منه هذا الخطأ .
- (٧) الفريق الرامى لضربة البداية هو الذى يحصل على نقط .
- (٨) تعطى نقطة واحدة فى كل مرة يخطئ فيها الفريق المضاد ولا يتمكن من إعادة الكرة إلى ملعب رامى ضربة البداية .
- (٩) الفريق الذى يحصل على ١٥ نقطة أولاً يعد فائزاً .

١٥١ — الكرة العالية



(شكل ٧١)

الملعب :

مستطيل مساحته ١٠ × ١٥ متراً فى منتصفه شبكة أو حبل .

الأدوات :

كرة مطاط كبيرة أو كرة قدم صغيرة الحجم وحبل يوضع في وسط الملعب على ارتفاع مترين من الأرض أو شبكة .

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكون من ٦ إلى ٨ لاعبين ينتشرون في الملعب .

طريقة اللعب :

يأخذ الكرة أحد اللاعبين في فريق ، ويقف بها خلف الخط الخلفي ، ثم يضربها براحة يده "وتسمى هذه ضربة البداية" إلى لاعب آخر من فريقه ليضربها هذا عاليا فوق الشبكة إلى ملعب الفريق المضاد. ومن ثم تنشط الكرة عالية بين أيدي اللاعبين فوق الشبكة من ملعب لآخر كي يتخلص منها الفريق .

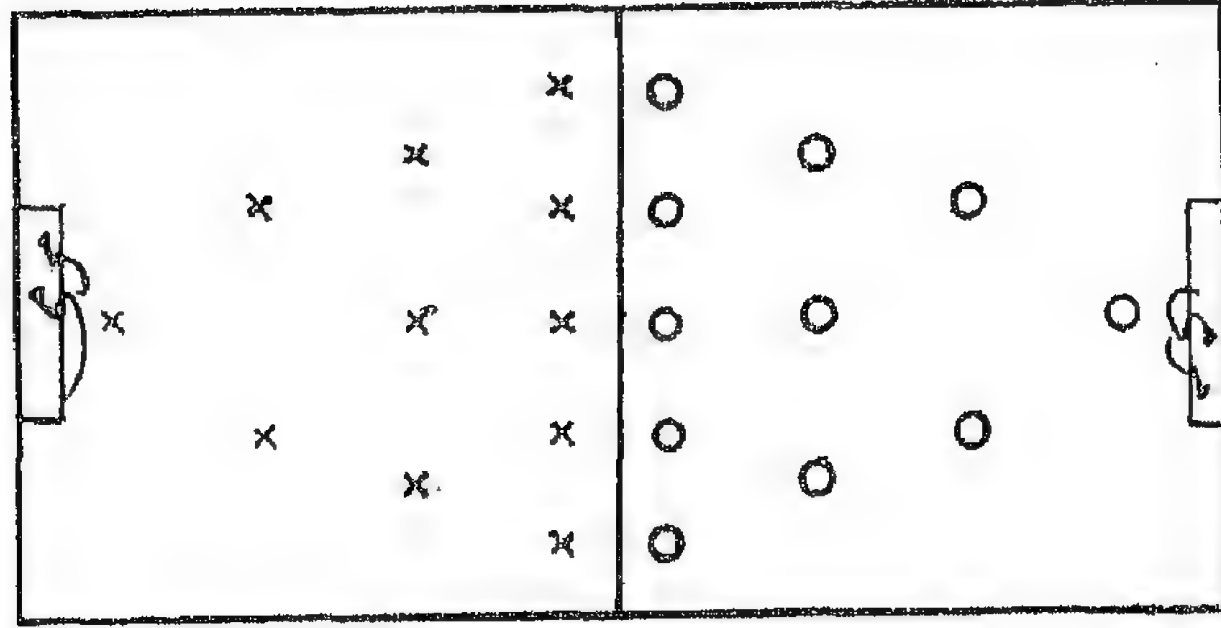
شروط اللعب :

- (١) الفريق الراسل فقط هو الذى يجوز على نقط .
- (٢) إذا تمكن فريق من ضرب الكرة ولم يتمكن الفريق الآخر من إعادتها فإنه يحصل بذلك على نقطة .
- (٣) إذا لم يفلح الفريق الراسل فى ضرب الكرة لتتخطى الشبكة فتعطى الكرة للفريق المضاد لبدأ بضربة بداية .
- (٤) تضرب الكرة بكف اليد أو باليدين ولا يجوز تنطيطها أو رميها أو مسكها أو ضربها بالقدم .
- (٥) يستطيع اللاعب الواحد أن يضرب الكرة ثلاث مرات متتالية على شرط أن يتخلص منها بعد المرة الثالثة .
- (٦) للاعب الرامى لضربة البداية الحق فى إعادتها مرة ثانية إذا أخفق فى الأولى ، فإذا أخفق فى الثانية فتعطى ضربة البداية للفريق الآخر .

(٧) تبقى الكرة في حالة لعب إذا كانت عالية في الهواء . ويجرد لمسها الشبكة أو الأرض تصبح لاغية ويعاد اللعب من جديد .

(٨) الفريق الذي يحوز على ٣٠ نقطة أولا يعد فائزا .

١٥٢ — كرة اليد الصغيرة



(شكل ٧٢)

الملعب :

مستطيل مساحته ٣٠ × ٦٠ مترا لصغار التلاميذ. أو ٥٠ × ١٠٠ مترا للكبار .

الأدوات :

كرة قدم ومريمان يتركب كل منهما من قائمين ارتفاع الواحد متران والمسافة بينهما متران أيضا وفوقهما عارضة .

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكون من ١١ لاعبا ، يقفون للهجوم والدفاع وحراسة المرمى . كل في النصف الخاص به في الملعب كالتوزيع في كرة القدم تماما .

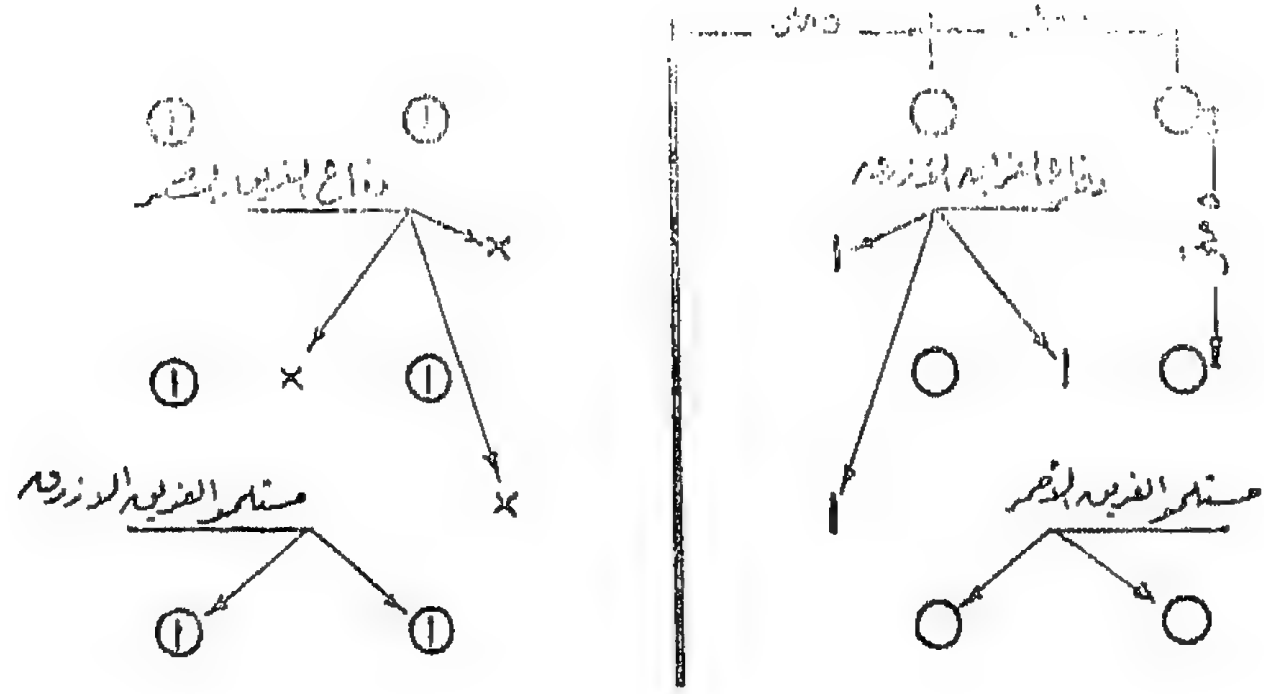
طريقة اللعب :

قوانين هذه اللعبة كقوانين كرة القدم تماما غير أن الكرة في هذه اللعبة تنطط وترمى باليد . ويبدأ اللعب برمي الكرة في الوسط بين وسطى الهجوم ، ويتلقفها أحدهما ويمررها بين لاعبي فريقه بغرض إدخالها في مرمى الفريق المضاد .

شروط اللعب :

- (١) تحتسب الإصابة إذا دخلت الكرة المرمى .
- (٢) لا يسمح بمسك الكرة بل يجب أن تنطط أو تمرر في أثناء التقدم بها .
- (٣) إذا لمس لاعب لاعبا مضادا معه الكرة فيجب على الأخير أن يمرر الكرة مباشرة .
- (٤) اللعب الخشن والدوران حول الكرة غير مسموح به .
- (٥) لا تعد الإصابة إذا دخلت الكرة المرمى بعد لمس اللاعب مباشرة .
- (٦) إذا مسك الكرة لاعبان في وقت واحد ترمى الكرة عاليا بينهما .
- (٧) إذا خرجت الكرة من خط الجانب فيرميها في الملعب لاعب مضاد ، ويقف الباقيون على بعد ٥ أمتار منه .
- (٨) إذا لمس مهاجم الكرة وخرجت خارج الملعب على خط المرمى فيرميها حارس المرمى من نقطة على خط المرمى .
- (٩) إذا لمس مدافع الكرة وخرجت خارج الملعب على خط المرمى فتعطى "رمية ركنية" أي من ركن الملعب للفريق المضاد .
- (١٠) مدة اللعب من ٢٠ إلى ٣٠ دقيقة لكل نصف من المباراة حسب اتفاق الطرفين .

١٥٣ - سَلَمُ الكَرَّةِ



(شكل ٧٣)

الملعب :

يُرسَمُ خط في وسط الملعب طوله ١٢ متراً، ويرسم على كل من جانبيه ست دوائر في صفين، قطر كل منها متر، بحيث تكون الدوائر القريبة من الخط على بعده أمتار منه، وكذلك بين كل دائرة وأخرى. ويمكن زيادة أو نقص عدد الدوائر حسب عدد الأفراد المشتركين.

الأدوات :

كرة قدم أو سلة .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ٩ إلى ١٢ لاعبا (بحسب عدد الدوائر)، بحيث يتخذ فريق مجموعة دوائر في ناحية من الخط . ويقف كل لاعب منهم في دائرة ويسمى "مستلم". ويرسل الفريق ثلاثة من لاعبيه "دفاعيين" ناحية دوائر الفريق المضاد .

النرض من اللعبة :

الجرى وتسليم الكرة باليد بين مستلم وآخر فى فريق دون أن يلمسه أحد دفاعى الفريق المضاد . فإذا نجح فى ذلك حصل فريقه على نقطة .

طريقة اللعب :

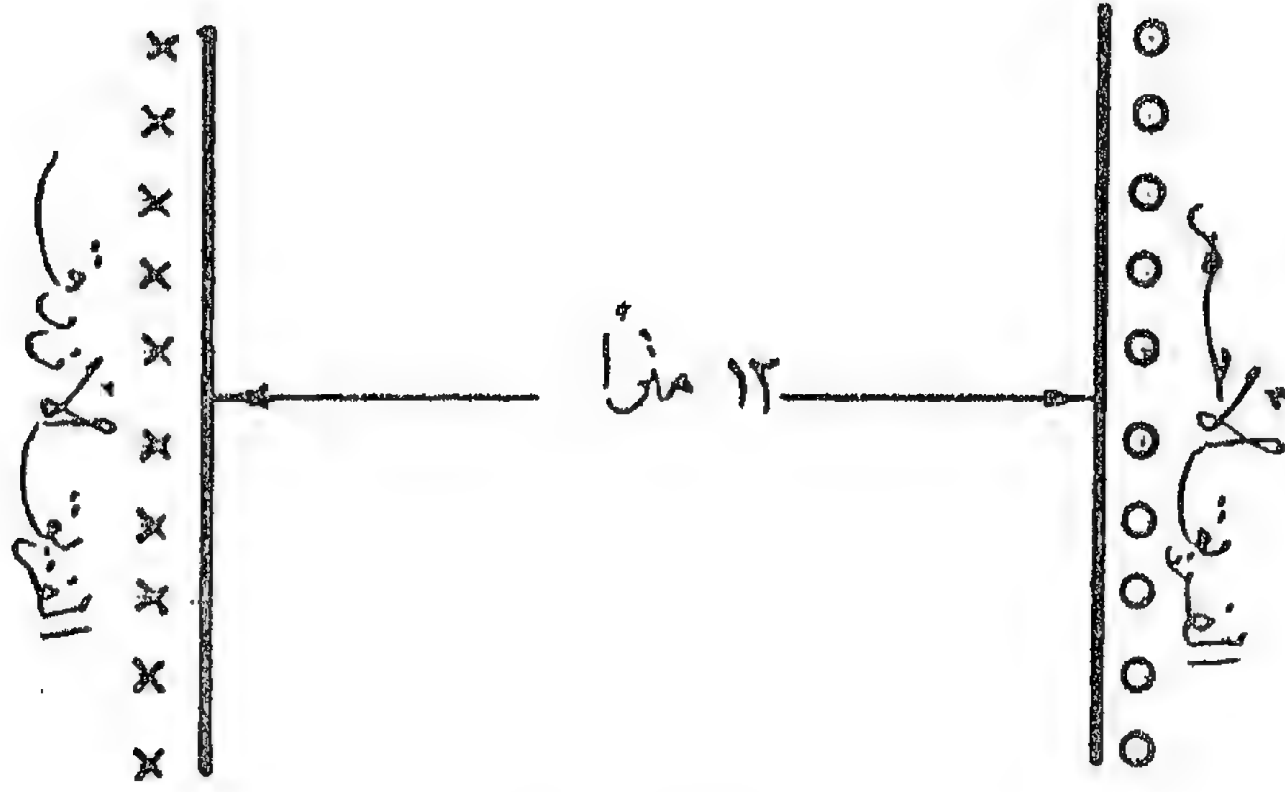
ينطط الحكم الكرة بين دفاعين مضادين على الخط ، فيتلقفها أحدهما ويرمىها فوق الخط لمستلم من فريقه . فيجربى بها لمستلم آخر وتحتسب له نقطة (إذا لم يلمس) . أو يرميها لمستلم آخر إذا وجد أن دفاع الفريق المضاد قريب منه .

وإذا حاول "مستلم" الجرى بالكرة ولمسه مدافع فعليه أن يرمى الكرة فى الحال فوق الخط للفريق المضاد ، وفى نفس الوقت يغير كل مستلم من نفس الفريق الدائرة الواقف عليها ، حتى تتغير أماكنهم . ويكون الانتقال فى اتجاه عقرب الساعة .

شروط اللعب :

- (١) يلزم لاعبو كل فريق الجزء الخاص بهم فى الملعب .
- (٢) لا يترك المستلم دائرة قبل استلام الكرة وله أن يحرك قدما خارج الدائرة .
- (٣) لا يحمل الدفاع الكرة ويجربى بها ولا يجوز له دخول الدوائر .
- (٤) أية مخالفة للشروط السابقة تعطى رمية حرة للفريق المضاد فى المكان الذى حدثت فيه المخالفة .
- (٥) الفريق الفائز يصيب أكبر عدد من النقاط .

١٥٤ — المس وارم



(شكل ٧٤)

الملعب :

خطان متوازيان طول كل منهما ١٥ متراً بينهما مسافة قدرها ١٢ متراً .

الأدوات :

كرة تنس أو قدم .

اللاعبون :

فريقان "أزرق وأحمر" عدد كل منهما من ١٠ إلى ١٥ لاعبا ، ويتخذ كل فريق خطا له يقف عليه .

طريقة اللعب :

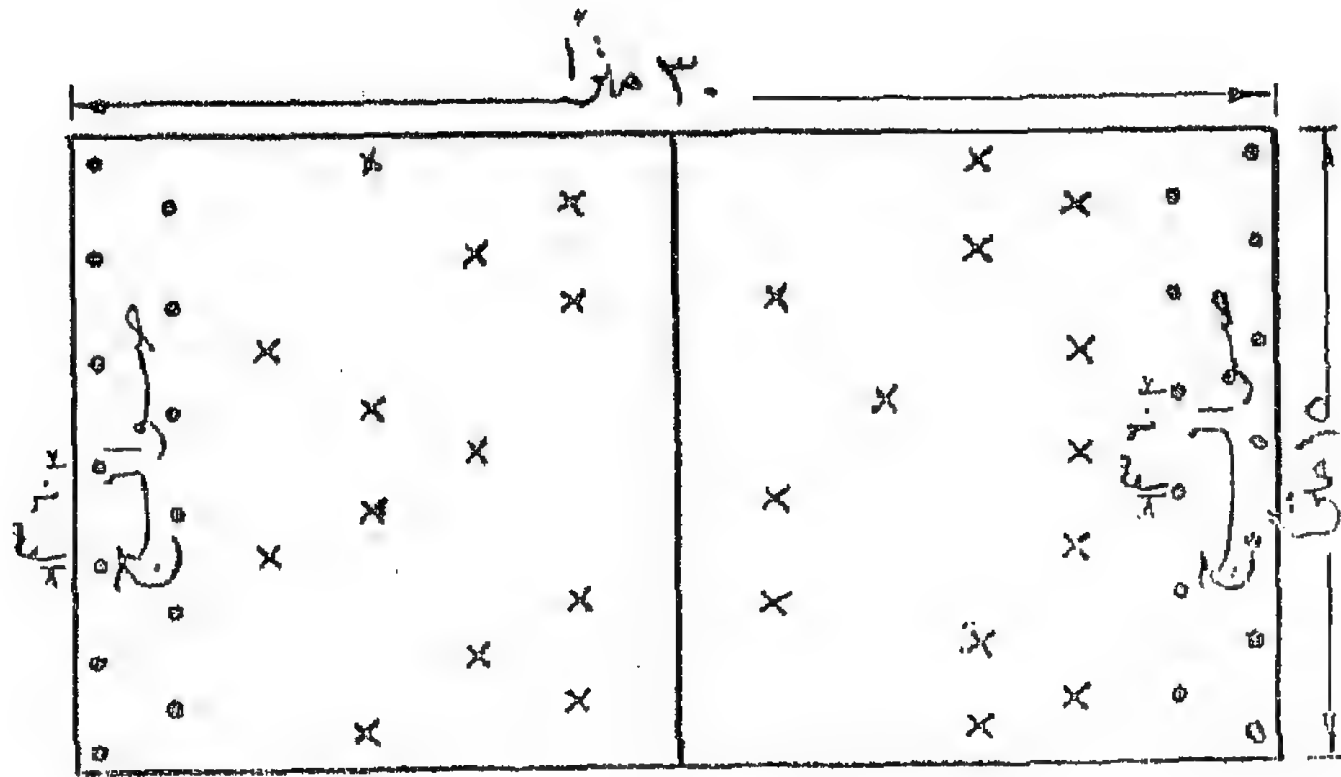
تعطى الكرة لأحد اللاعبين من أى الفريقين "الأزرق مثلا" ، فيرميها هذا اللاعب على الفريق الأحمر ، فإذا تلتفتها أحدهم يلمس بها رأسه وقدميه ، ثم يحاول بعد ذلك أن يرميها على لاعبي الفريق الأزرق الذين يحرون في هذه الأثناء نحو خط الفريق المضاد متجنبين الكرة . ومن تصيبه الكرة من الزرق ينضم للفريق الأحمر . وفي نفس الوقت يغير الفريق الأخير مكانه .

أما إذا لم يتمكن لاعب الحمر من لقف الكرة فلا يغير الفريقان مكانهما . وإذا حدث أن جرى الزرق في المسافة بين الخطين فيمكن لأحد لاعبي الحمر أخذ الكرة ورميها على الزرق، ومن تصيبه من الفريق الأزرق قبل عودته إلى خطه ثانية يصبح أسيراً وينضم إلى الحمر .

شروط اللعب :

- (١) تسطى الكرة مرة للفريق الأزرق ومرة للفريق الأحمر . وهكذا بالتبادل عشرة مرات لكل . ثم يحسب عدد الأسرى ويعين الفريق الفائز .
- (٢) لا يجوز لأسير أن يرمى الكرة على لاعب .

١٥٥ — المدفعية



(شكل ٧٥)

الملعب :

مستطيل مساحته ٣٠ × ١٥ متراً مقسم بخط منصف إلى قسمين ، وفي نهاية كل قسم صف أو صفان من الصوابج بعدد أفراد كل فريق .

الأدوات :

خمس كور قدم أو كور سلة لكل فريق ، وعدد من الصوابج مماثل لعدد اللاعبين .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ٦ إلى ١٣ لاعبا أو أكثر، ويتخذ كل منهما قسما من الملعب ينتشر فيه ويمسك بعضهم الكور .

طريقة اللعب :

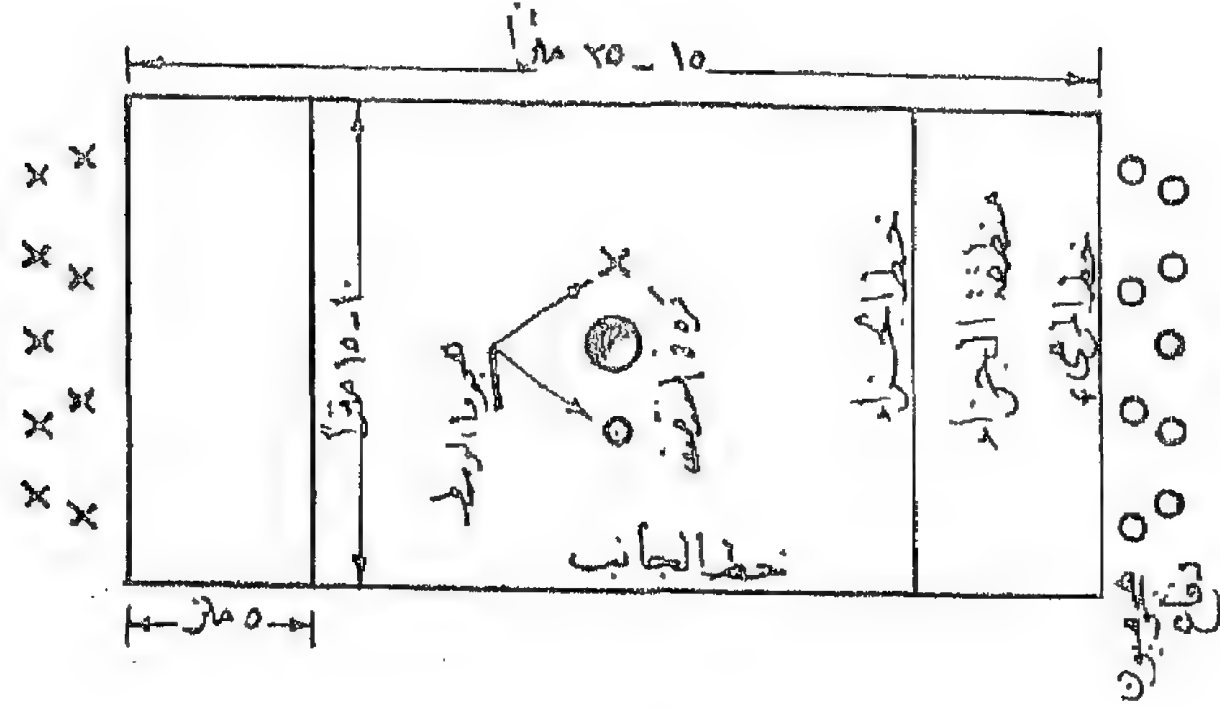
عند الإشارة يرمى اللاعبون الكور على صوابج الفريق المضاد بغرض إيقاع أكبر عدد منها. وفي هذه الحالة يكون اللاعب راميا وحارسا في آن واحد. ولكل لاعب الحق في رمي أية كرة تصل ليده بدون ترتيب .

شروط اللعب :

- (١) لا يسمح لأى لاعب بالانتقال لملاعب الفريق المضاد .
- (٢) إذا أفلح لاعب مضاد فى إيقاع صوابج يحتسب لفريقه نقطة .
- (٣) إذا أوقع لاعب من فريق صوابج لجاله ولو عفوا يحتسب للفريق المضاد نقطة .
- (٤) يعدل الصوابج لاعب بعد وقوعه مباشرة .

- (٥) يكون صد الكور عن الصوابج بأى جزء من أجزاء الجسم .

١٥٦ - التزاحم على الكرة



(شكل ٧٦)

الملعب :

مستطيل طوله من ١٥ إلى ٢٥ مترا وعرضه من ١٠ إلى ١٥ مترا، ويطلق على الخطين الطويلين منه خطا الجناح، وعلى الخطين القصيرين خطا المرمى. ويرسم داخل المستطيل على مسافة ٥ أمتار من خطى المرمى خطان آخران موازيان لهما (أنظر الرسم) يطلق عليهما خطا الجزاء ، وعلى المسافة بينهما وبين خطى المرمى منطقة الجزاء . وترسم في وسط الملعب دائرة قطرها متر واحد .

الأدوات :

كرة قدم .

اللاعبون :

فريقان كل منهما من ١٠ إلى ١٤ لاعبا ، ويقسم الفريق إلى قسمين متساويين ، هجوم ودفاع ، بحيث يقف الهجوم خلف خط المرمى ووراءه الدفاع (ويتبادل الهجوم والدفاع الأماكن بعد كل إصابة) . ويقف لاعب وسط الهجوم لكل فريق خارج الدائرة التي في الوسط .

الفرض من اللعبة :

ضرب أو دفع الكرة على خط هرمى الفريق المضاد براحة اليد ، على ألا ترتفع الكرة عن الوسط .

طريقة اللعب :

الهجوم : توضع الكرة في الدائرة الوسطى وعند سماع الصفارة يحاول لاعبا وسط الهجوم الحصول على الكرة . وفي نفس الوقت يندفع بقية الهجوم للأمام (ويدخل الدفاع على خط المرمى) ويمرون الكرة فيما بينهم بيد واحدة . ويسعى كل فريق في الحصول على الكرة .

الدفاع : يتفرق الدفاع على خط المرمى للدفاع عنه بحيث تبقى أحد القدمين خلف الخط .

الكرة خارج الحدود : إذا خرجت الكرة خارج خطى الجانبين توضع في المكان الذي خرجت منه ويضربها لاعب من الفريق المضاد .

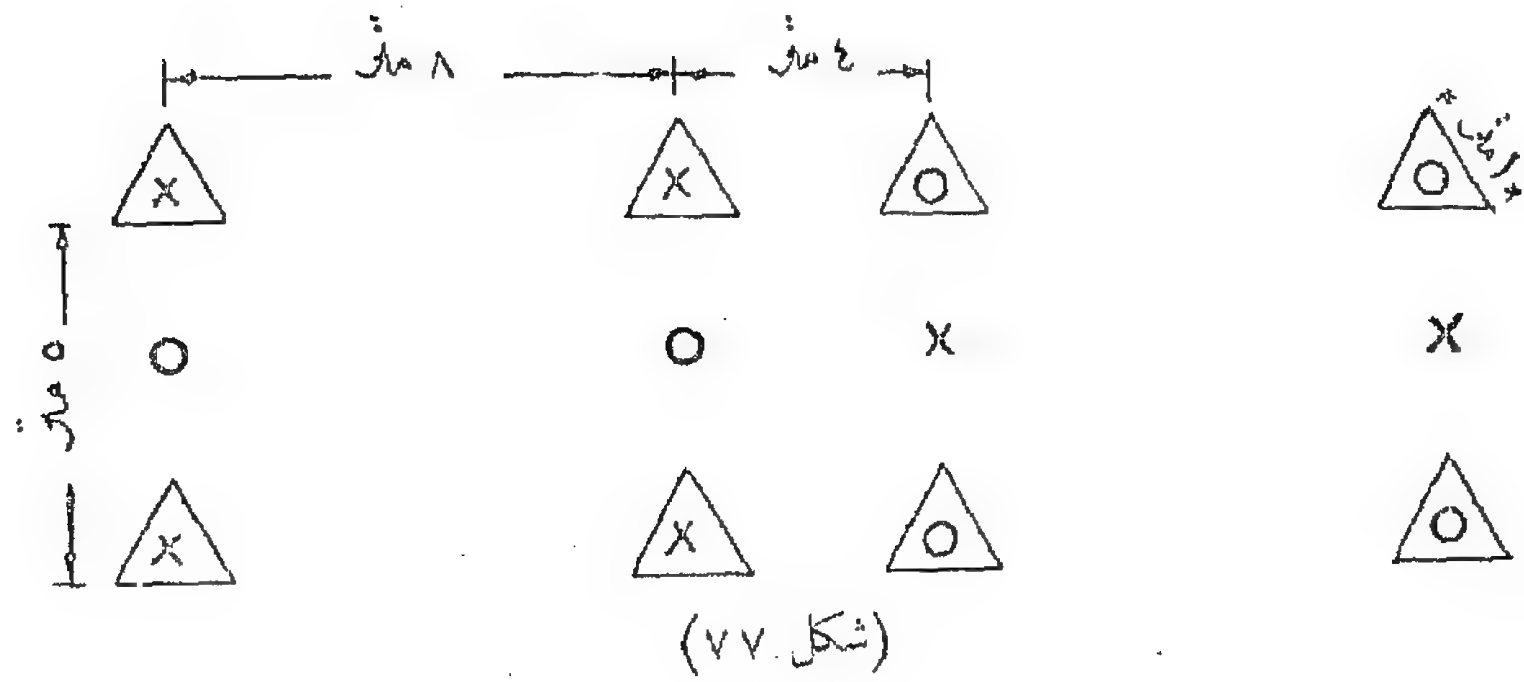
الأخطاء :

- (١) استخدام كلتا اليدين في تمرير الكرة من لاعب لآخر .
- (٢) « قبضة اليد في تمرير الكرة من لاعب لآخر .
- (٣) « القدم في ضرب الكرة أو إيقافها .
- (٤) رمي الكرة أعلى من الوسط .
- (٥) اللعب بالكرة عند لمس لاعب الأرض بأي جزء آخر من جسمه غير قدميه .
- (٦) دخول الدفاع بكلا القدمين منطقة الجزاء .
- (٧) اللعب الحشن .

الحقوق بات :

في حالة الخطأ تعطى رمية حرة للفريق المضاد، وعندما يقف جميع اللاعبين ماعدا الدفاع خلف الكرة . ويحاول الدفاع وحده إيقاف الكرة . وليس هناك تسال في هذه اللعبة .

١٥٧ - كرة المربع



الملعب :

مربعان مساحة كل منهما ٨ × ٨ أمتار و بينهما مسافة قدرها ٤ أمتار. وفي كل ركن من أركان المربعين مثلث ضلع الواحد منها متر .

الأدوات :

كرة قدم أو كرة سلة .

اللاعبون :

أربع فرق تلعب على دفعتين (كل فريقين مرة) . ويتكوّن كل فريق من ٦ لاعبين : أربعة للدفاع يقف كل واحد منهم في مثلث ، ولاعبان للهجوم يقفان في مربع الفريق المضاد .

طريقة اللعب :

تنطط الكرة بين لاعبي هجوم في الوسط بين المربعين . فيحاول أحدهما لقف الكرة ورميها للاعبى فريقه في مثلثاتهم ، كي يتبادلا الأربعة فيما بينهم في دورة واحدة ، ويحصلون بذلك على نقطة لفريقهم . بينما يحاول هجوم الفريق المضاد منعهم من إتمام الدورة ، بأخذ الكرة وإرسالها للاعبى فريقهم في المربع الثانى .

شروط اللعب :

(١) يعتبر تمرير الكرة دورة تامة إذا :

(أ) مررت الكرة من لاعب لآخر في المثلثات الأربعة في اتجاه واحد مرة واحدة وبذا تحتسب للفريق نقطة .

(ب) مررت الكرة بين لاعبين من فريق واحد أربع مررات مستمرة ، سواء أكانا في مربع واحد أم بين مدافع وهجومى .

(٢) ليس للهجوميين الحق في الخروج من المربع أو دخول المثلثات .

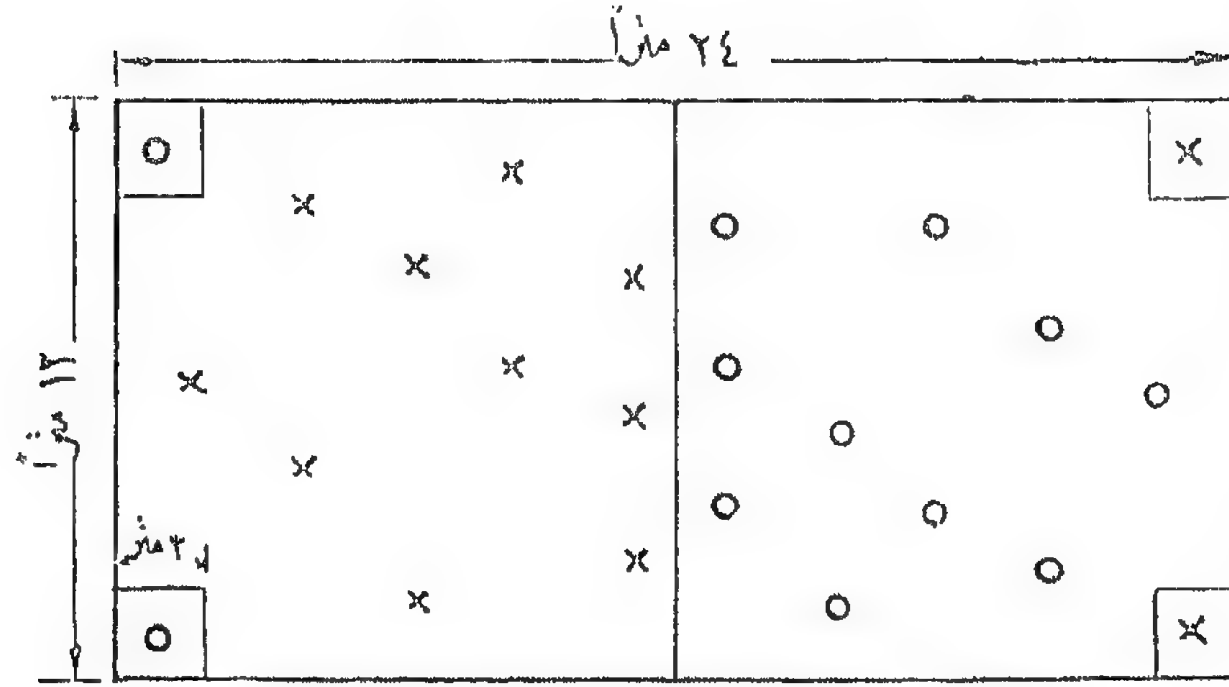
(٣) للهجوميين الحق في التحرك من مكان لآخر داخل المربع .

(٤) للدفاع الحق في تحريك قدم واحدة خارج المثلثات للقف الكرة .

(٥) إذا تغير اتجاه تمرير الكرة قبل إنهاء الدورة (بسبب عرقلة الهجوميين للكرة) فلا تحتسب الدورة ولا يمكن إتمامها ، ويجب البدء بتمرير الكرة من جديد لبداية دورة جديدة .

(٦) بعد خمس دقائق تحتسب نقط كل فريق ، والحاصل على أكبر عدد منها يعد فائزا . ثم ينزل الفريقان الباقيان في الملعب والفائز منهما بلاعب الفريق الفائز من الدفعة الأولى .

١٥٨ — كرة الركن



(شكل ٧٨)

الملعب :

مستطيل مساحته ١٢ × ٢٤ مترا تقريبا مقسم بخط إلى قسمين متساويين .
وبكل ركن من أركانه مربع مساحته ٢ × ٢ متر . وتكون المربعات هي المرمى .

الأدوات :

كرة قدم .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ١٠ إلى ١٢ لاعبا ، يشغل كل منهما نصف الملعب
ويرسل لاعبين من بين لاعبيه لحراسة مرميه في ملعب الفريق المضاد .

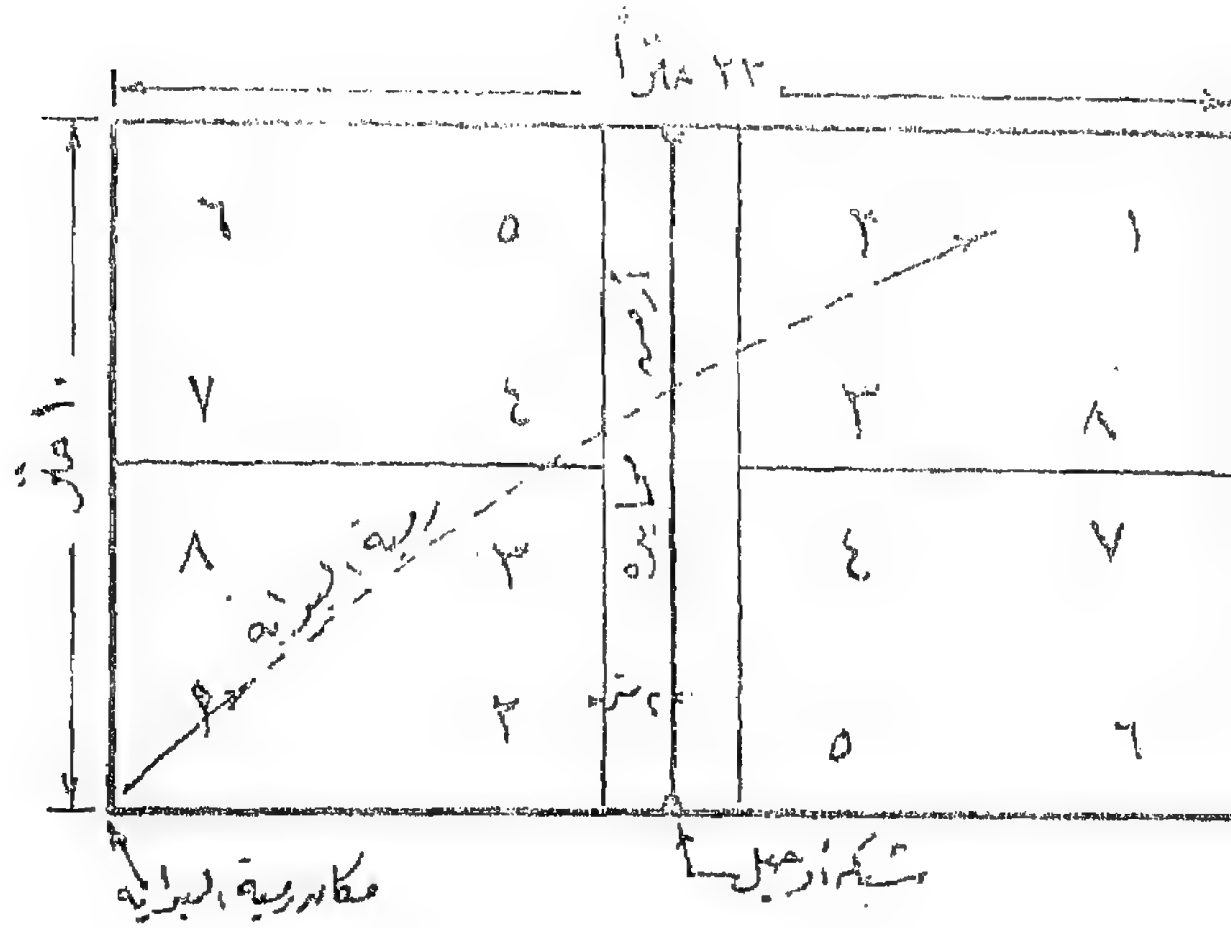
طريقة اللعب :

يبدأ اللعب برمي الكرة عاليا فوق الخط المنصف بين الفريقين ، فيتلقفها
اللاعبون ويمرونها فيما بينهم بغرض رميها عاليا لتصل لحارس مرمى الفريق .

شروط اللعب :

- (١) يكون تمرير الكرة باليدين .
- (٢) يمكن الرمي من أى مكان بالملعب .
- (٣) للفريق المضاد أن يثب عاليا لأخذ الكرة ومنعها من أن تصل لحارس المرمى ولكن ليس له الحق فى تخطى النصف الآخر من الملعب أو دخول المرمى .
- (٤) إذا نجح حارس المرمى وهو واقف بكل جسمه داخل المرمى فى مسك الكرة تعطى نقطة لفريقه .
- (٥) إذا أمسك الحارس الكرة وجزء من جسمه (قدم واحدة أو قدمان) خارج المرمى فتعطى الكرة للفريق المضاد وبذا تكون كرمية حرة له .
- (٦) عند ما يمسك حارس المرمى الكرة يرميها ثانية لأحد أفراد فريقه فوق رؤوس الفريق المضاد حتى يبدأ اللعب مرة ثانية .
- (٧) إذا حاول لاعب تخطى النصف الآخر من الملعب أثناء رمى الكرة للحارس ، أو دخول المرمى لعرقلة الحارس فتعطى رمية حرة للفريق المضاد .
- (٨) الفريق الذى يحصل على عشرين نقطة يعد نائرا .

١٥٩ — تنس الكرة الطائرة



(شكل ١٥٩)

الملعب :

مستطيل طوله ٢٢ متراً وعرضه ١٠ أمتار تقريباً، مقسم إلى قسمين بينهما أرض محايدة عرضها متران . وينصف كل قسم إلى جزئين متساويين .

الأدوات :

كرة طيبة أو كرة قدم ، وتوضع شبكة أو حبل بعرض الملعب فوق منتصف الأرض المحايدة تعلو عن الأرض نحو متر ونصف .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما ثمانية لاعبين (وإذا زاد عدد اللاعبين زيدت مساحة الملعب) ويقسم كل فريق إلى خط أمامي وخط خلفي من اللاعبين . ويعطى لكل رقم بحيث يكون ترتيب الأرقام عكس عقرب الساعة في ركنين متقابلين .

الفرض من اللعبة :

رمى الكرة فرق الحبل أو الشبكة لتتزل على أرض الفريق المضاد .

طريقة اللعب :

يبدأ رقم (١) برمية البداية بيد واحدة أو بكلا يديه من الركن الأيمن على أن تبقى قدماه خلف الخط الخلفى . وتكون الرمية فوق الشبكة نحو رقم (١) من الفريق المضاد ، وليس لأحد غيره استلامها ومسكها . وبعد استلام الكرة يمكن إعادتها لأى لاعب فى الملعب المضاد . وهكذا من لاعب لآخر حتى تقع الكرة على الأرض أو تحدث مخالفة لشروط اللعبة .

فقد ضربة البداية :

يفقد اللاعب ضربة البداية إذا :

(١) لم يتمكن من رمي الكرة وتمريرها فوق الشبكة إلى الركن المقابل من الملعب المضاد .

(٢) إذا لمست الكرة الشبكة .

(٣) إذا تسبب لاعب من فريقه بأية طريقة كانت فى إخراج الكرة من الملعب أو جعلها تلمس الشبكة أو تسقط على الأرض فى ملعبه أو فى الأرض المحايدة ، فإذا ما حدث ذلك يعد اللاعب الأول مغلوباً ، فيتحرك كل لاعب فى الفريق فى اتجاه عقرب الساعة مكاناً واحداً ، ويتحرك الفريق المضاد بالمثل حتى أن رقم ٢ من الفريق يرمى لرقم ٢ من الفريق المضاد . وهكذا يتحرك اللاعبون كل مرة حتى ينتهى الفريق فتعطى ضربة البداية للفريق الثانى .

الإصابات :

تعطى نقطة للفريق الراعى لضربة البداية فى الأحوال الآتية :

(١) إذا سقطت الكرة من الفريق المستلم داخل ملعبه .

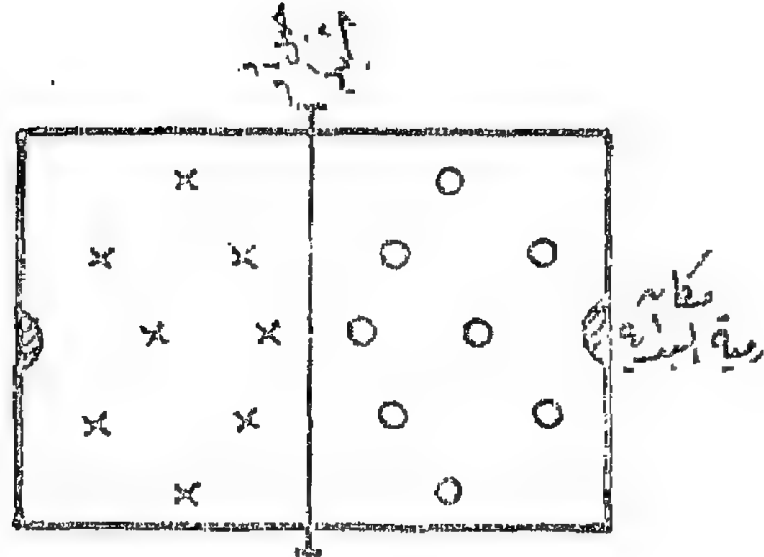
(٢) إذا لمسها أحد لاعبي الفريق المضاد ثم خرجت خارج الملعب

(٣) إذا صعدت في الشبكة عند عودتها أو أوقفها أحد لاعبي الفريق المستلم على الأرض المحايدة . وفي كل هذه الحالات لا يتغير رامي ضربة البداية . أما إذا حدث ذلك من الفريق الثاني فيتغير رامي ضربة البداية بالطريقة السابقة الذكر .

شروط اللعب :

- (١) لا يسمح بتغيير الكرة من لاعب لآخر قبل رميها فوق الشبكة .
- (٢) إذا لم ينجح لاعب في مسك الكرة فيحقق للاعب آخر أن يمسكها قبل أن تنزل على الأرض .

١٦٠ - تنس اليد



(شكل ٨٠)

الملعب :

مستطيل مساحته 10×15 متراً ، في منتصفه شبكة أوحبل وعلى جانبيه نصف دائرة قطرها متر تسمى " القاعدة " .

الأدوات :

كرة قدم صغيرة أو كرة مطاط أو كرة تنس ، وحبل أو شبكة توضع في وسط الملعب على ارتفاع ١,٥ متر تقريباً من الأرض .

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكون من ٦ إلى ٨ لاعبين ، ويقف كل فريق في ملعبه بالطريقة الموضحة في الرسم .

طريقة اللعب :

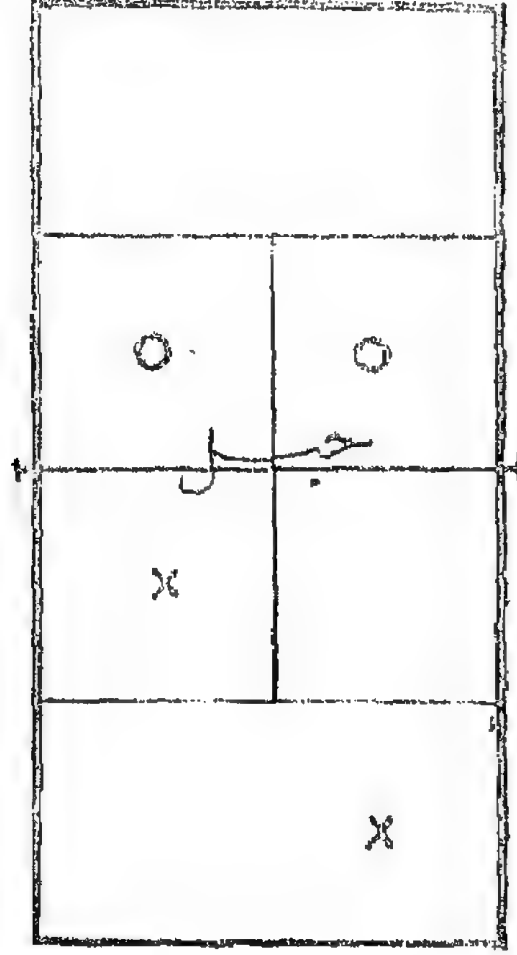
يقف أحد اللاعبين بالكرة وراء القاعدة. وعند البدء ينطط الكرة داخل القاعدة مرة ثم يضربها توا باليد لتخطى الشبكة وتنزل في ملعب الفريق المضاد . أو يضربها لتمريرها للاعب من فريقه قريبا من الشبكة، فيمررها هذا الأخير فوقها. ويتبادل الفريقان ضرب الكرة فوق الشبكة من ملعب لآخر حتى لا يفلح أحدهما في إعادتها للملعب المقابل .

شروط اللعب :

- (١) تضرب الكرة براحة اليد وليس بالقبضة .
- (٢) تكون الكرة في حالة لعب (تضرب لتخطى الشبكة) مادامت تنط على الأرض، ولكنها تصبح ميتة إذا تدرجت على الأرض أو اصطدمت في الشبكة أو دخلت تحتها .
- (٣) ليس من الضروري أن يعيد اللاعب الكرة مباشرة فوق الشبكة للملعب المقابل، بل يصح أن يضربها عالية في الهواء ويتركها للاعب آخر من فريقه يكون في مكان أحسن منه ليعيدها فوق الشبكة .
- (٤) إذا تدرجت الكرة على ملعب فريق أو اصطدمت بالشبكة أو دخلت تحتها فتحتسب نقطة ضده .
- (٥) تغير ضربة البداية بعد كل ٥ مرات .

(٦) الفريق الذي يحوز على ١٥ نقطة أولا يعد فائزا .

١٦٩ — تنس المركب



(شكل ٨١)

الملعب :

مستطيل مساحته ٥ × ٨ أمتار تقريبا . يرسم على بعد مترين من عرضيه خط مواز . وتنصف المسافة بالطول بين الخطين المتوازيين ويوضع على منتصف الملعب شبكة أو حبل .

الأدوات :

حلقة من المطاط أو الحبال المجدولة قطرها نحو ١٥ سم وسمكها نحو ٢ سم . وقائمان للوثب العالي أو عمودان تشد بينهما شبكة أو حبل يكون مرتفعا عن الأرض نحو متر ونصف تقريبا .

اللاعبون :

لاعب واحد في كل ناحية للعب الفردي . أو لاعبان للعب الزوجي كما في التنس تماما .

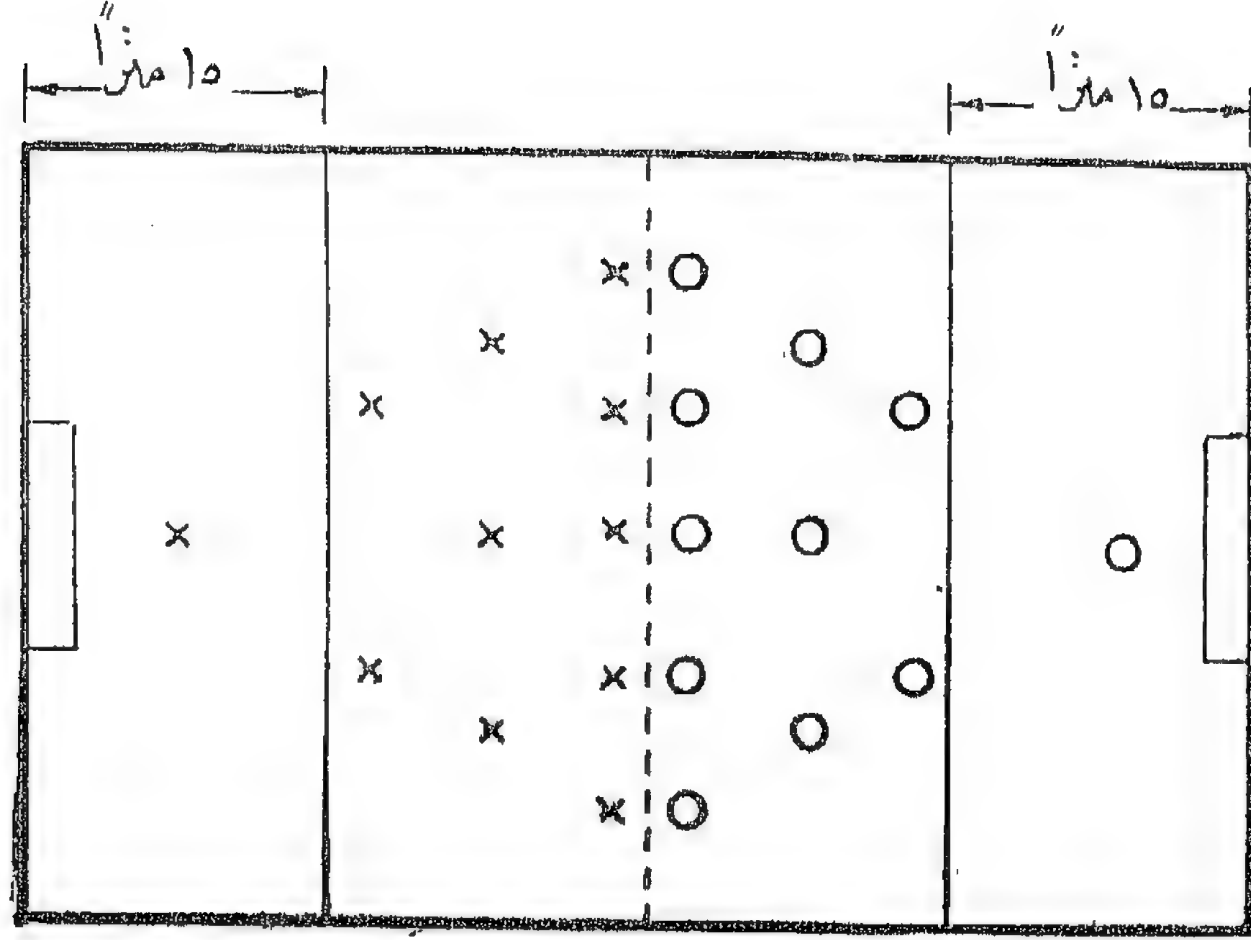
طريقة اللعب :

يقف اللاعب ومعه الحلقة في الركن الأيمن من الملعب ، ويرمى الحلقة رمية سفلية (من تحت لفوق) بحيث تخطى الحلقة الحبل أو الشبكة للعب المقابل ، فيتسلمها اللاعب الثانى بيد واحدة ويعيدها توا بدون أن يحركها فى يده .

شروط اللعب :

- (١) لا يرتفع الذراع عن الكتف أثناء رمية البداية .
- (٢) تمسك الحلقة بيد واحدة فقط وليس باليدين معا ، كما لا يصح سندها على أى جزء من أجزاء الجسم .
- (٣) لا يصح تحريك الحلقة فى اليد كي يعتدل وضعها ، بل يكون إرسالها مباشرا .
- (٤) تكون إعادة الحلقة بنفس اليد التى تسلمتها وفى نفس المكان .
- (٥) تحتسب نقطة ضد المستلم إذا سقطت الحلقة على الأرض فى ملعبه . وتحتسب نقطة ضد الراسل إذا مرت تحت الشبكة أو الحبل أو سقطت خارج حدود الملعب .
- (٦) يشترط فى رمية البداية أن تكون سفلية . أما فى أثناء اللعب فيصح أن تكون الرميات سفلية أو أنقية أمام الصدر أو مرتفعة قليلا عن الكتف .
- (٧) تحتسب للشوط الواحد ١٥ نقطة يغير اللاعبان بعدها أما كنهما فى ناحيتي الملعب . وتنتهى المباراة بحصول أحد اللاعبين على شوطين من ثلاثة أو ثلاثة من خمسة . ويكون العد فى هذه اللعبة مشابها للعد فى كرة المضد .

١٩٢ — الهوكى الصغير.



(شكل ٨٢)

اللاعب :

مستطيل مساحته ٣٠ × ٥٠ مترا لصغار التلاميذ . أو ٤٥ × ٧٠ مترا للكبار .
به خطان متوازيان يبعدان عن العرضين بسافة خمسة عشر مترا . وبكل ناحية
منه مرمى طوله متران وارتفاعه كذلك .

الأدوات :

عصى هوكى أو قطع مقوسة من جريد النخل وكرة صغيرة مغطاة .

اللاعبون :

من ٧ إلى ١١ لاعبا لكل فريق ، ينتشرون فى الملعب للهجوم والدفاع و تراسة
المرمى .

طريقة اللعب :

توضع الكرة في منتصف الملعب بين وسطى الهجوم . وعند الإشارة بالبسة ينحني كل منهما للأمام ويضرب الأرض بعصاه على جانب الكرة ، ثم يضرب عصا زميله (وتكرر هذه العملية مرة ثانية وثالثة وتسمى الضربة الثلاثية) . ثم يتفرغان للكرة وضربها تمريرها بين اللاعبين بقصد دخولها المرمى وإصابته .

شروط اللعب :

(١) يكون تمرير الكرة بالعصا فقط على ألا ترتفع العصا في أثناء الضرب عن مستوى الكتف . وفي حالة المخالفة تعطى ضربة حرة للفريق المضاد .

(٢) يمكن إيقاف الكرة بالقدم على ألا تتحرك بعد لمسها . وفي المخالفة تعطى ضربة حرة للفريق المضاد .

(٣) يجوز تمرير الكرة في أى اتجاه .

(٤) إذا خرجت الكرة على خط الجانب ، فيمكن أن يعيدها لاعب مضاد بوضعها على الخط وضربها بالمضرب أو دحرجتها داخل الملعب ، ويقف باقي اللاعبين بعيدين عن الرامي مسافة قدرها متران .

(٥) إذا أخرج الكرة لاعب مدافع على خط المرمى فتعود للعب ” بالرمية الركنية ” وطريقتهما أن يقف المهاجمون على خط الخمسة عشر مترا ، ويقف المدافعون على خط المرمى .

(٦) لا يجوز لمهاجم انتظار الكرة وتسليمها وهو داخل خط الخمسة عشر مترا من أى لاعب من فريقه ، وفي هذه الحالة يعد متسللا وتعطى ضربة حرة للفريق المضاد .

(٧) لا يسمح باللعب الخشن ، أو عرقلة لاعب في أثناء بحريه . وعند مخالفة هذه القاعدة تعطى ” ضربة جزاء ” للفريق المضاد من خط الخمسة عشر مترا وفيها يدافع عن المرمى الحارس فقط .

(٨) للحارس أن يوقف الكرة بقدمه أو عصاه أو يستخدم يديه .

(٩) مدة اللعب من ١٠ إلى ٣٠ دقيقة لكل شوط .

١٦٣ - شوكة المركب

الملعب :

صالة التدريب أو ملعب كرة السلة .

الأدوات :

حلقه من الكاوتشوك . وعصا خشبية صغيرة لكل لاعب . ويوضع صوب الحانان عند كل من نهايتي الصالة أو الملعب بينهما مسافة ٣ أمتار ليقوما مقام المرمى .

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكون من ٦ إلى ١٠ لاعبين ويقفون للدفاع والهجوم .

طريقة اللعب :

يقف لاعبا الوسط من الفريقين متواجهين . ويرمى الحكم الحلقة بينهما على الأرض ، ويحاول كل منهما مسكها بعصاته وتمريرها لأفراد فريقه لوضعها داخل مرمى الفريق المضاد .

شروط اللعب :

(١) يجب أن يبقى طرف العصا على الأرض طول الوقت أثناء اللعب ولا ترتفع عنها .

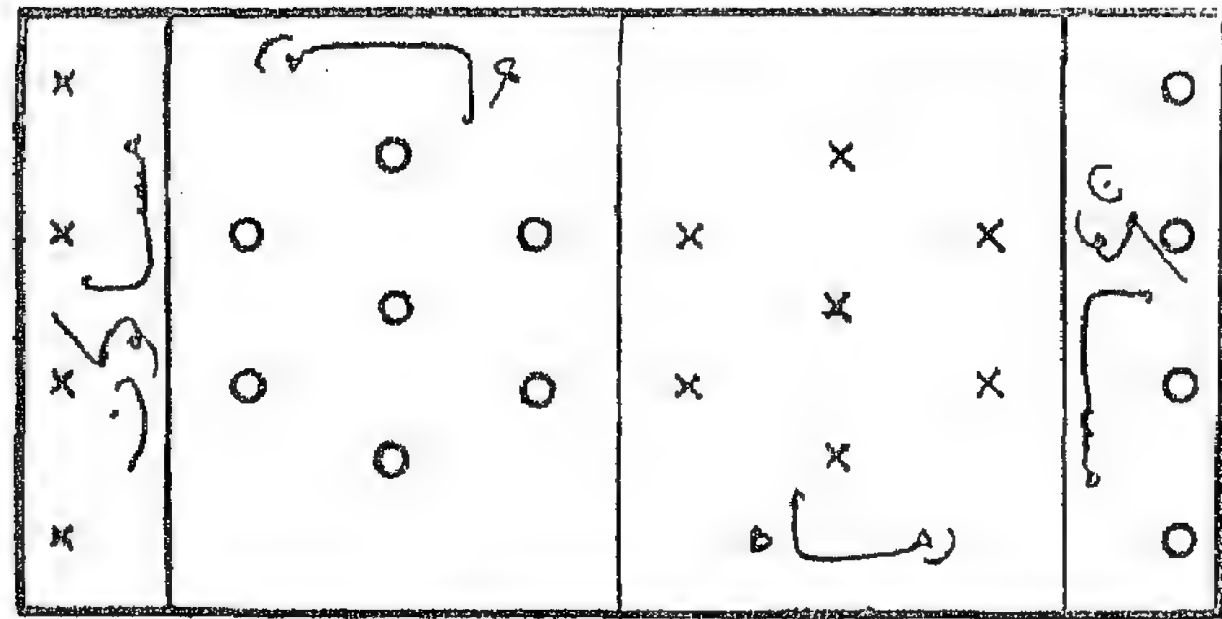
(٢) عند تمرير الحلقة إلى لاعب أو رميها على المرمى أو التقدم بها يجب أن يُبقي اللاعب الحلقة داخل عصاته .

(٣) إذا رفع لاعب الحلقة عن الأرض أو رفع عصاته أعلى من كعبه فيعد هذا خطأ ، وتعطى الحلقة للاعب مضاد لرميها من حدود الملعب .

(٤) تمرر الحلقة بين لاعبين من فريق واحد بشرط أن يكونا على خط واحد أو للاعب خلفي .

- (٥) اللعب الخشن والدفع بالكتف والعرقلة والمساك ممنوعة، ويحرم اللاعب الذي يتسبب في ذلك من اللعب دقيقة واحدة .
- (٦) يمكن إيقاف الحلقة بالقدم لمنع تمريرها .
- (٧) يمكن لكل لاعب في الفريق أن يصيب الهدف .
- (٨) إذا وضع لاعبان مضادان عصاتيهما داخل الحلقة في وقت واحد ولم يتمكن أحدهما من أخذها بمفرده في مدة ١٠ ثوان فيوقف الحكم اللعب ثم يرميها بينهما لبدأ اللعب ثانية .
- (٩) تعطى نقطة للفريق الذي يصيب هدف الفريق المضاد .
- (١٠) عدد الأشواط أربعة في هذه اللعبة . ومدة كل شوط خمس دقائق فقط .

١٦٤ — كرة النهاية



(شكل ٨٣)

الملعب :

مستطيل مساحته ٨ × ٢٠ مترا تقريبا مقسم إلى نصفين . ويرسم عند ضلعيه القصيرين خطان موازيان للضلعين يبعدان عنهما بمسافة قدرها متر .

الأدوات :

كرة قدم صغيرة الحجم .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ٨ إلى ١٢ لاعبا ، بحيث ينتخب كل فريق أربعة من لاعبيه (أو أكثر) ليكونوا رماة ويشغلون جزءا أوسط من نصف الملعب كما في الرسم . ويشغل الباقيون من الفريق وهم "المساكون" المسافة الواقعة عند طرف الملعب في النصف الآخر .

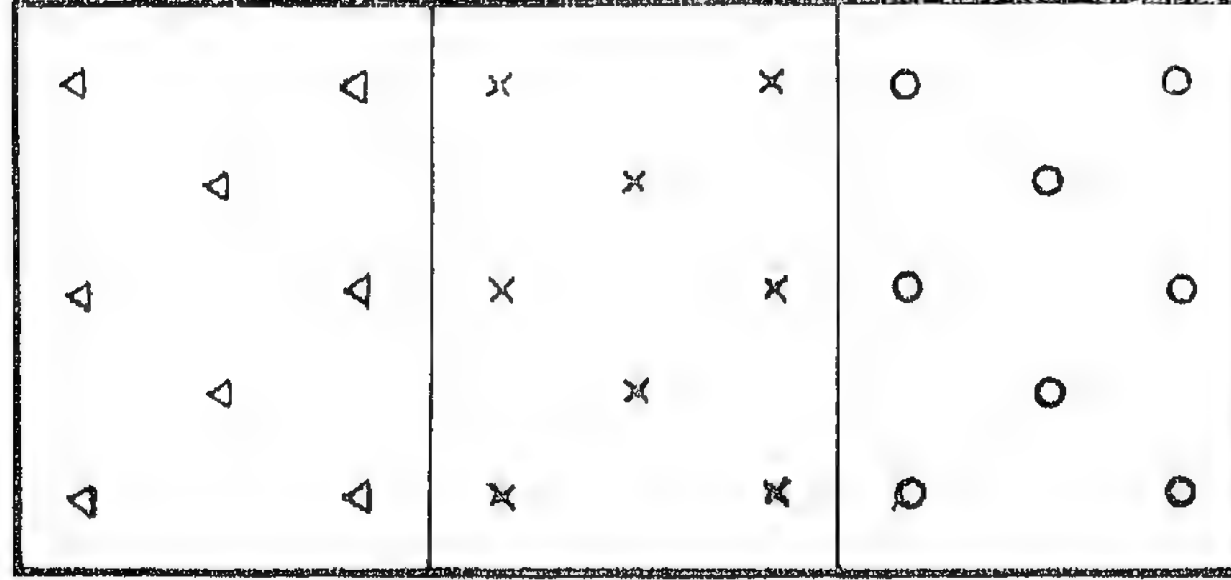
طريقة اللعب :

تبدأ اللعبة برمي الكرة في وسط الملعب ، ويحاول الرماة مسكها ورميها بقوة إلى المساكين من فرقهم . فإذا تلقفها أحدهم احتسبت نقطة للفريق .

شروط اللعب :

- (١) لا تحتسب الإصابة إذا لمست الكرة الأرض .
- (٢) لا يسمح للمساكين بالخروج من المساحة المحددة لهم .
- (٣) بعد أن يحرز الفريق نقطة يرمى المساك الكرة ثانية لأحد الرماة من فريقه ولا تحتسب هذه الرمية .
- (٤) لا يجوز للرامي أن ينطط الكرة على الأرض بل يجب رميها من النقطة التي أخذها منها الرماة أو مساكي فريقه .
- (٥) يحاول رماة الفريق المضاد عرقلة تمريرات الكرة .
- (٦) إذا خرجت الكرة خارج الملعب خلف الخط الخلفي يأتي بها لاعب من ناحية الملعب الذي خرجت منه ، ويقف على الخط الخلفي ويرميها إلى أحد الرماة من فريقه ويستمر اللعب . أما إذا خرجت الكرة خارج الملعب من خطي الجنب ، فيخرج لاعب من المكان الذي خرجت عنده ويقف على خط الجنب ويرميها لأحد الرماة من فريقه .
- (٧) إذا حاول لاعب الإخلال بقانون اللعبة تعطى رمية حرة من الوسط للفريق المضاد بواسطة أحد الرماة إلى المساكين من فريقه .

١٦٥ — كرة المربعات الثلاثة



(شكل ٨٤)

الملعب :

مستطيل مساحته ٥ × ١٥ مترا تقريبا مقسم إلى ثلاثة مربعات

الأدوات :

كرة قدم .

اللاعبون :

ثلاث فرق كل منها من ٦ إلى ٩ لاعبين .

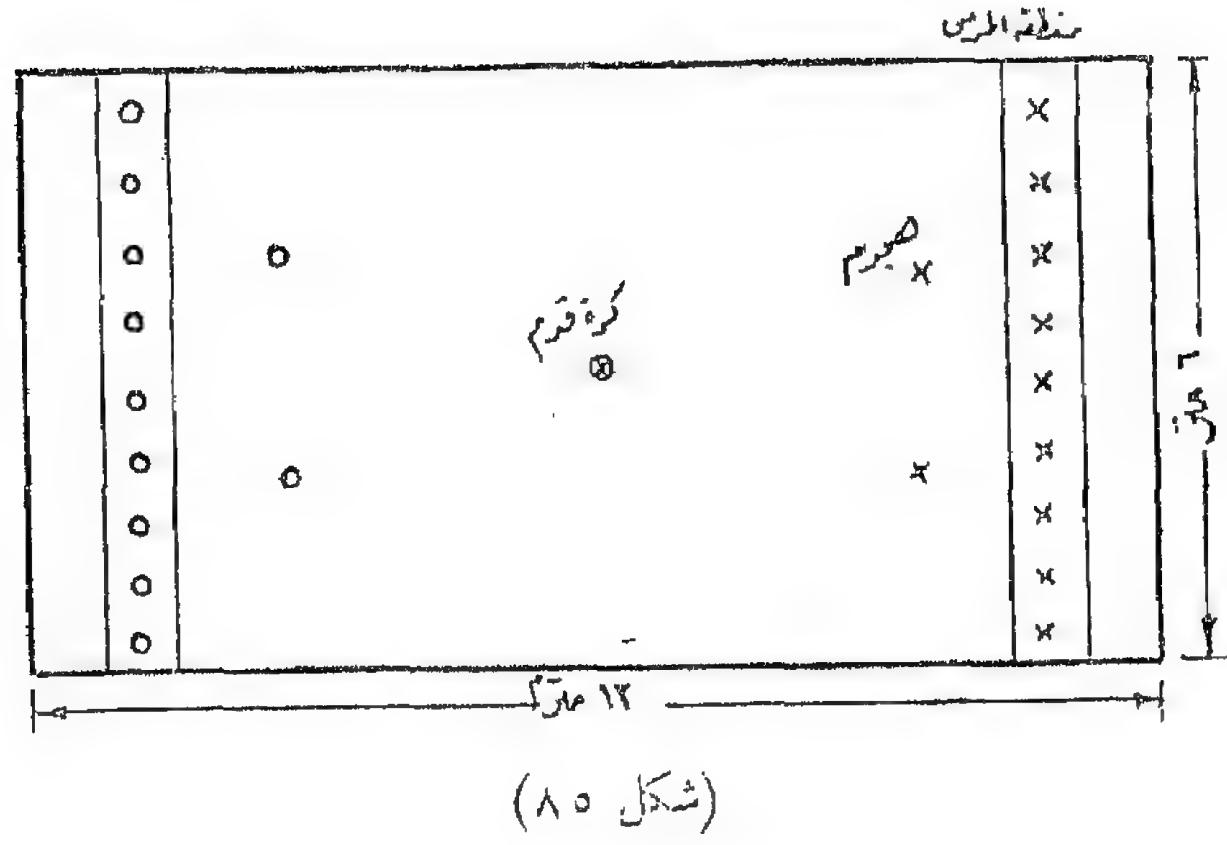
طريقة اللعب :

يقف كل فريق في مربع خاص به ، فمثلا يقف الفريق الأحمر على اليسار والأزرق في المربع الوسط والفريق الأصفر في المربع الأيمن . وتعطى الكرة لأحد لاعبي الفريق الأحمر . وعند سماع الصفارة يرمى الكرة نحو أفراد الفريق الأزرق لإصابة أحد لاعبيه بالكرة فتحتسب نقطة لفريقه .

شروط اللعب :

- (١) أن يكون رمى الكرة باليدين .
- (٢) يصبح أن تمر الكرة بين لاعبي الفريق الواحد أو بين لاعبي الفريقين الجانبيين (الأحمر والأصفر) لأن الفريق الأوسط (الأزرق) هو في هذه الحالة هدفهما .
- (٣) لا يسمح للاعب الفريق الخروج من مربعهم وإنما يصبح لهم الانتقال داخل المربع .
- (٤) يستطيع الفريق الأوسط تجنب الكرة بالجرى من مكان لآخر أو بالوثب هالياً .
- (٥) بعد ثلاث دقائق تحتسب عدد المرات التي أصيب فيها الفريق الأوسط ثم يحل محله أحد الفريقين الجانبيين . وبهذا تشغل الفرق الثلاث المربع الأوسط من الملعب بالتوالى .
- (٦) الفريق الفائز هو أقل الفرق في عدد الإصابات المحتسبة ضده .

١٦٦ - كرة الغريمين



الملعب :

مستطيل مساحته ٦ × ١٢ مترا تقريبا ، يرسم عند ضلعيه القصيرين خطان متوازيان بعرض الملعب والمسافة بينهما متر تقريبا تكون هي المرمى .

الأدوات :

كرة قدم أو كرة مماثلة .

اللاعبون :

فريقان يتكوّن كل منهما من ٦ إلى ١٢ لاعبا وفقا لمساحة الملعب .

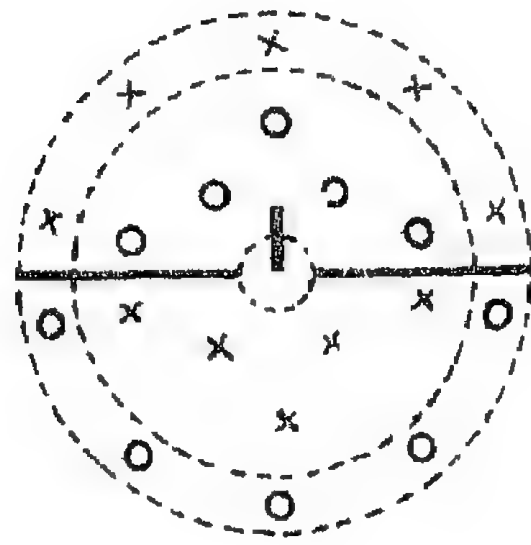
طريقة اللعب :

ينتخب كل فريق لاعبين (هجوميين) يقفان أمام المرمى . ويقف باقي أفراد الفريق في المرمى (المسافة المحددة بالخطين المتوازيين) ويسمون بحرس المرمى .
توضع الكرة في منتصف الملعب . وعند سماع الصفارة يجرى نحوها الهجوميان من كل فريق ، ويبدأ اللعب بدحرجة الكرة على الأرض باليد نحو المرمى المضاد كي تمرين أرجل حرسه فتعد هذه إصابة .

شروط اللعب :

- (١) تكون درجة الكرة بيد واحدة مفتوحة ، أما حرس المرمى فيصدوها بأقدامهم .
- (٢) يستطيع المهاجميان تمرير الكرة فيما بينهما قبل رميها على المرمى .
- (٣) لا يسمح للحرس بالخروج من المرمى بخلاف المهاجمين فلهما حق الانتقال في الملعب دون الدخول في منطقة المرمى .
- (٤) تحتسب الإصابة إذا دخلت الكرة المرمى بين أرجل الحرس على شرط أن يكون الرمي تحت الركبة .
- (٥) يذير كل فريق هجوميته كل دقيقة وهكذا حتى يأخذ كل لاعب دوره كموأجم .
- (٦) تتوقف مدة اللعب على عدد لاعبي كل فريق . فهي تتراوح بين ٦ دقائق و ١٢ دقيقة ثم يتبادل الفريقان مكانيهما .

١٦٧ - كرة العمود في الدائرة



(شكل ٨٦)

الملاعب :

- دائرة نصف قطرها ٧ أمتار مقسمة إلى قسمين بنخط منصف . داخلها دائرة نصف قطرها ٦ أمتار وبداخل هذه دائرة أصغر نصف قطرها متر واحد .

الأدوات :

كرة قدم وعمود ارتفاعه من مترين إلى ثلاثة أمتار .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ١٠ إلى ١٢ لاعبا. ويقسم كل فريق إلى قسمين : مهاجمون (خمسة لاعبين) ومدافعون (خمسة لاعبين) بحيث يقف المهاجمون بين الدائرتين الكبيرتين ، كل فريق في ناحية من الخط المنصف. ويقف المدافعون داخل دائرة الوسطى أى حول الدائرة الصغيرة في الوسط بحيث يكون المدافعون في الفريق في الجهة المقابلة من الدائرة ومواجهون للمهاجمين من فريقهم كما في الشكل .

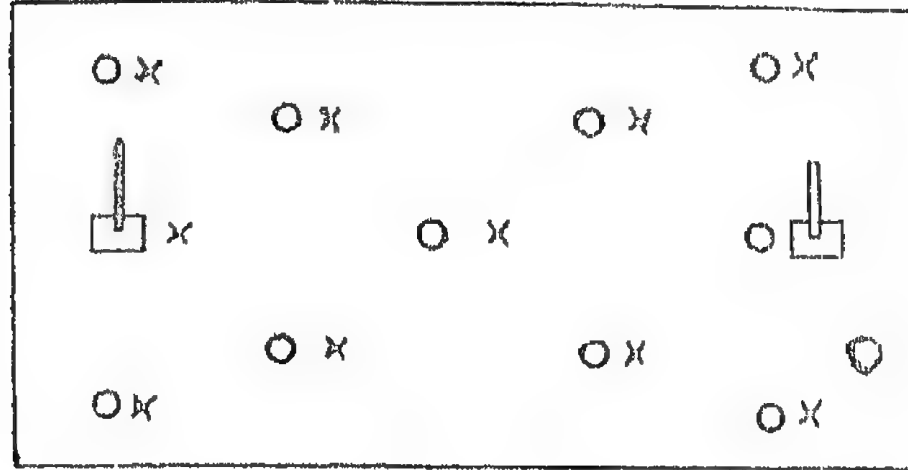
طريقة اللعب :

ترمى الكرة بين لاعبين مهاجمين متضادين ، أو تنطط بينهما ، بحيث يقفان مواجهين كل في الجزء الخاص به . فيحاول المهاجم رميها على الهدف حتى إذا أصابته احتسبت لفريقه نقطة . أو تمريرها لأحد مهاجمي فريقه كي يجد فرصة لرمي الكرة على الهدف .

شروط اللعب :

- (١) لا تحتسب الإصابة إلا اذا كانت الرمية من مهاجم .
- (٢) يسمح للدفاعيين عن الهدف التحرك في أى مكان في نصف دائرتهم دفاعا عن الهدف من جهتهم .
- (٣) يمكن تمرير الكرة أو ضربها باليد بين لاعبي الفريق سواء أكانوا مهاجمين أم مدافعين .
- (٤) إذا خرجت الكرة ترمى بواسطة لاعب من الفريق المضاد . ولا يجوز إصابة الهدف مباشرة من رمية الخارج .
- (٥) لا يجوز مسك الكرة باليدين أكثر من ٣ ثوان .
- (٦) إذا أصيب الهدف يستمر اللعب بدون توقف .

١٩٨ — كرة العمود الصغيرة



(شكل ٨٧)

الملعب :

مستطيل مساحته ١٠ × ٢٠ مترا تقريبا ، يوضع عند منتصف ضلعيه القصيرين هدفان يتكوّن كل واحد منهما من عصا ارتفاعها من متر واحد إلى متر ونصف . (ويمكن استخدام عصا كشافة أو قوائم الوثب العالى أو غيرها) .

الأدوات :

كرة قدم أو كرة ممالة .

اللاعبون :

فريقان يتكوّن كل منهما من ١٠ إلى ١٢ لاعبا . ويحسن أن يقسم اللاعبون أنفسهم بحيث يرقب كل لاعب من فريق لاعبا من الفريق المضاد .

طريقة اللعب :

ترمى الكرة في الوسط بين لاعبين متضادين ، فيحاول كل منهما أن يتلقفها ويمررها لأفراد فريقه باليدين ، ويحاولون إصابة الهدف بالكرة من أى مكان في الملعب .

شروط اللعب :

- (١) لايسمح للاعب بالجرى بالكرة أو مسكها أكثر من ٣ ثوان .
- (٢) يعاقب اللاعب الذى يحاول اللعب الخشن بالحرمان من اللعب .

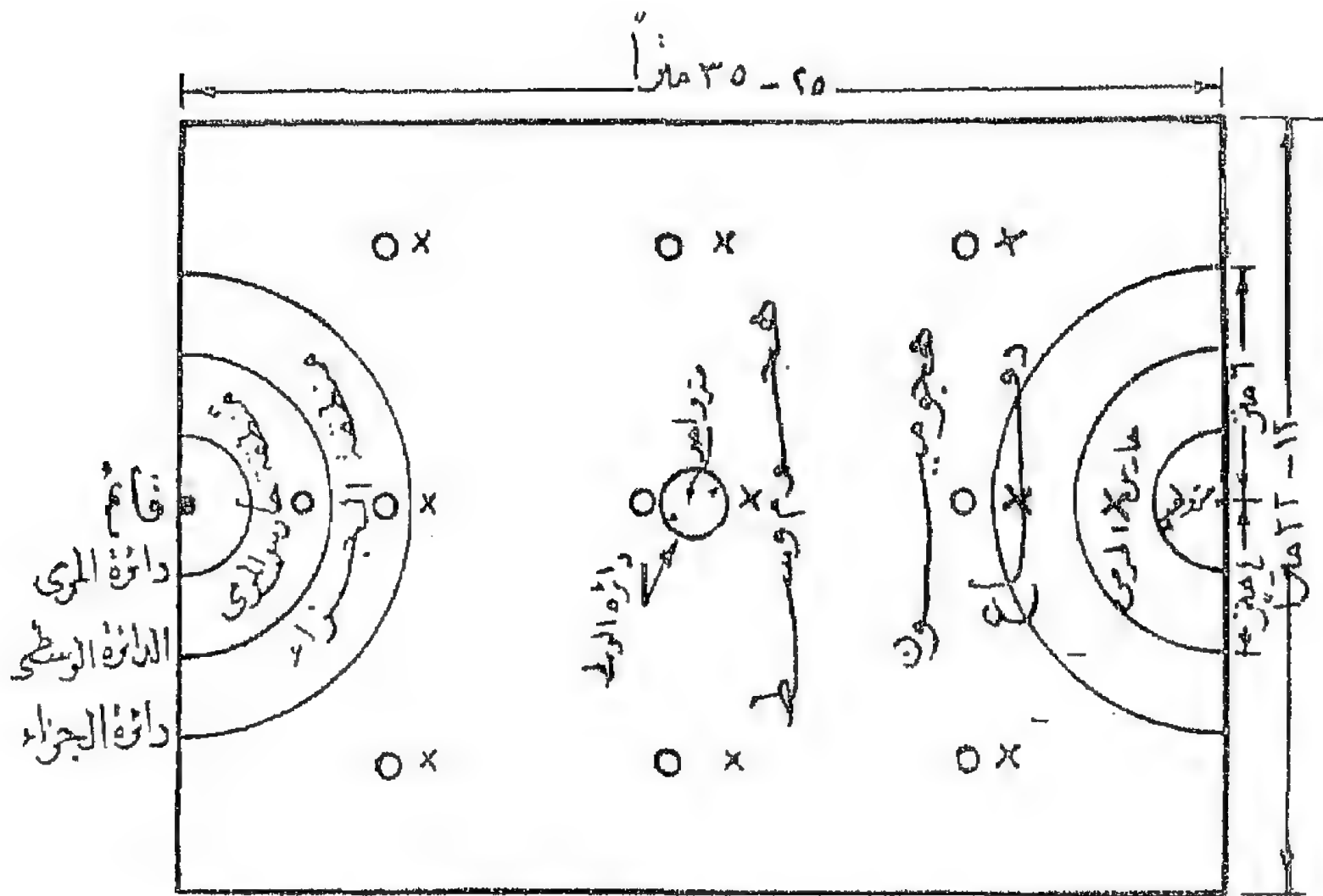
(٣) إذا مسك الكرة لاعبان في وقت واحد يوقف اللاعب ، وترعى الكرة بواسطة الحكم بينهما .

(٤) في حالة حدوث خطأ تعطى رمية حرة للفريق المضاد من المكان الذي حدث فيه الخطأ .

(٥) إذا أخرج لاعب الكرة من الملعب فإنها ترد ثانية للعب بواسطة لاعب آخر من الفريق المضاد .

(٦) تكون مدة الشوط الأول ١٥ دقيقة ثم يتبادل الفريقان مواضعهما ، ويستمر اللعب لمدة ١٥ دقيقة أخرى للشوط الثاني .

١٦٩ — كرة العمود



(شكل ٨٨)

الملعب :

مستطيل طوله من ٢٥ إلى ٣٥ متراً وعرضه من ١٢ إلى ٢٢ متراً . ويوضع قائمان في وسط الخطين النهائيين (العرضيين) ، ويرسم حول كليهما ثلاثة أنصاف دوائر متداخلة أقطارها ١ متراً و ٢ متراً و ٣ أمتار على التوالي ويسمى نصف الدائرة

الكبرى "دائرة الجزاء". والمسافة بينها وبين دائرة الوسطى "منطقة الجزاء".
ويسمى نصف دائرة الصغرى "دائرة المرمى". والمسافة بينها وبين الدائرة
الوسطى "منطقة حارس المرمى". ويرسم في وسط الملعب دائرة قطرها متر واحد
وتسمى دائرة الوسط.

الأدوات :

كرة قدم وقائمان ارتفاع كل منهما من مترين إلى ثلاثة أمتار .

اللاعبون :

فريقان يتكون كل منهما من ١٠ إلى ١٣ لاعبا ، يكون منهم ٣ للهجوم و ٣
للسد و ٣ للدفاع وحارس مرمى .

طريقة اللعب :

يرمى الحكم الكرة عاليا بين لاعبين من الوسط فوق الدائرة الوسطى فيثنان للقفها
وتمريرها بالرمي باليدين للاعبين بغرض التقدم بها نحو عمود وإصابته .

شروط اللعب :

(١) يكون التقدم بالكرة بتنطيطها على الأرض بيد واحدة . ويجرد أن يستخدم
اللاعب كتا يديه فلا بد له أن يمررها مباشرة للاعب آخر أو يرميها نحو الهدف .

(٢) لا يسمح بحمل الكرة أكثر من خطوة واحدة كاملة . وإذا كانت قدم
اللاعب في الهواء عند تسلمه الكرة فوضعه إياها على الأرض لا يحتسب خطوة كاملة .

(٣) يمكن إصابة الهدف من أى مكان في الملعب ولكن لا يسمح لهاجم أن
يتخطى الدائرة الوسطى (أى منطقة حارس المرمى) .

(٤) يقف حارس المرمى خارج دائرة المرمى .

(٥) تحتسب الكرة خارج الملعب إذا خرجت على أحد خطى الجانبين أو خطى
النهايتين . ويدخلها في الملعب لاعب مضاد يقف وطرفا قدميه على الخط ويرميها
داخل الملعب في مدة لا تزيد على ٣ ثوان . وإذا خالف هذه القاعدة تعطى الكرة
ثانية للاعب من الفريق الآخر .

الأخطاء :

- (١) اللعب الخشن كمسك لاعب من رجليه أو محاولة إيقاعه .
- (٢) حمل الكرة أو ضربها بالقدم أو بقبضة اليد أو تنطيطها باليدين معا أو مسكها أكثر من ثلاث ثوان .
- (٣) الدخول داخل منطقة الجزاء قبل أن تترك الكرة يدي رامى رمية الجزاء .
- (٤) دخول حارس المرمى دائرة الرمي .
- (٥) دخول أى لاعب غير حارس المرمى الدائرة الوسطى .

العقوبات :

جميع الأخطاء التى تحدث من الدفاع داخل منطقة الجزاء تعطى رمية جزاء على العمود بدون حمايته ، وتؤخذ من أية نقطة على دائرة الجزاء ، وعندما يقف بقية اللاعبين على بعد لا يقل عن ثلاثة أمتار من الرامى ، ولا يسمح لأحد مطلقا بالوقوف داخل دائرة الجزاء . وتعطى رمية الجزاء للعب الخشن والضرب بالقدم .

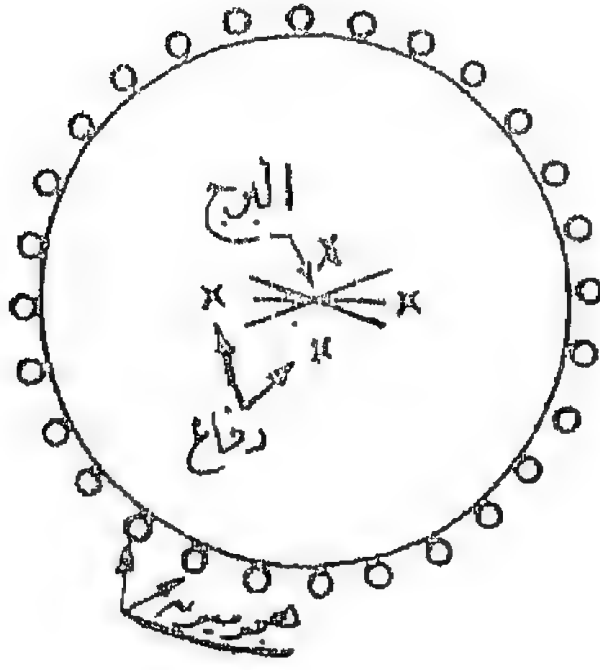
الرمية الحرة :

جميع الأخطاء التى تحدث خارج منطقة الجزاء يعطى عنها رمية حرة من المكان الذى حدثت عنده . وعندما تؤخذ الرمية الحرة يقف بقية اللاعبين بعيدا عن الرامى بمسافة ٣ أمتار .

الإصابات :

تعطى نقطتان لإصابة الهدف من أى مكان فى الملعب ، وتعطى نقطة واحدة لإصابة الهدف من رمية جزاء .

١٧٠ - كرة البرج



(شكل ١٩)

الملعب :

دائرتان قطر كل منهما ٧ أمتار تقريبا ، وفي وسط كلهما ثلاث عصي مربوطة من طرف وموضوعة على شكل مثلث (تكامل آلة التصوير) وتسمى " البرج " وهو الهدف .

الأدوات :

كرتان للقدم .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ١٢ إلى ١٨ لاعبا ، بحيث يقف كل فريق خارج الدائرتين ويسمى (الهجوم) . ويرسل كل منهما (الدفاع) وهو ثلاثة من لاعبيه في كل دائرة للدفاع عن البرج . ويغيرون بغيرهم من لاعبي الفريق بعد كل ١٥ رمية على الهدف .

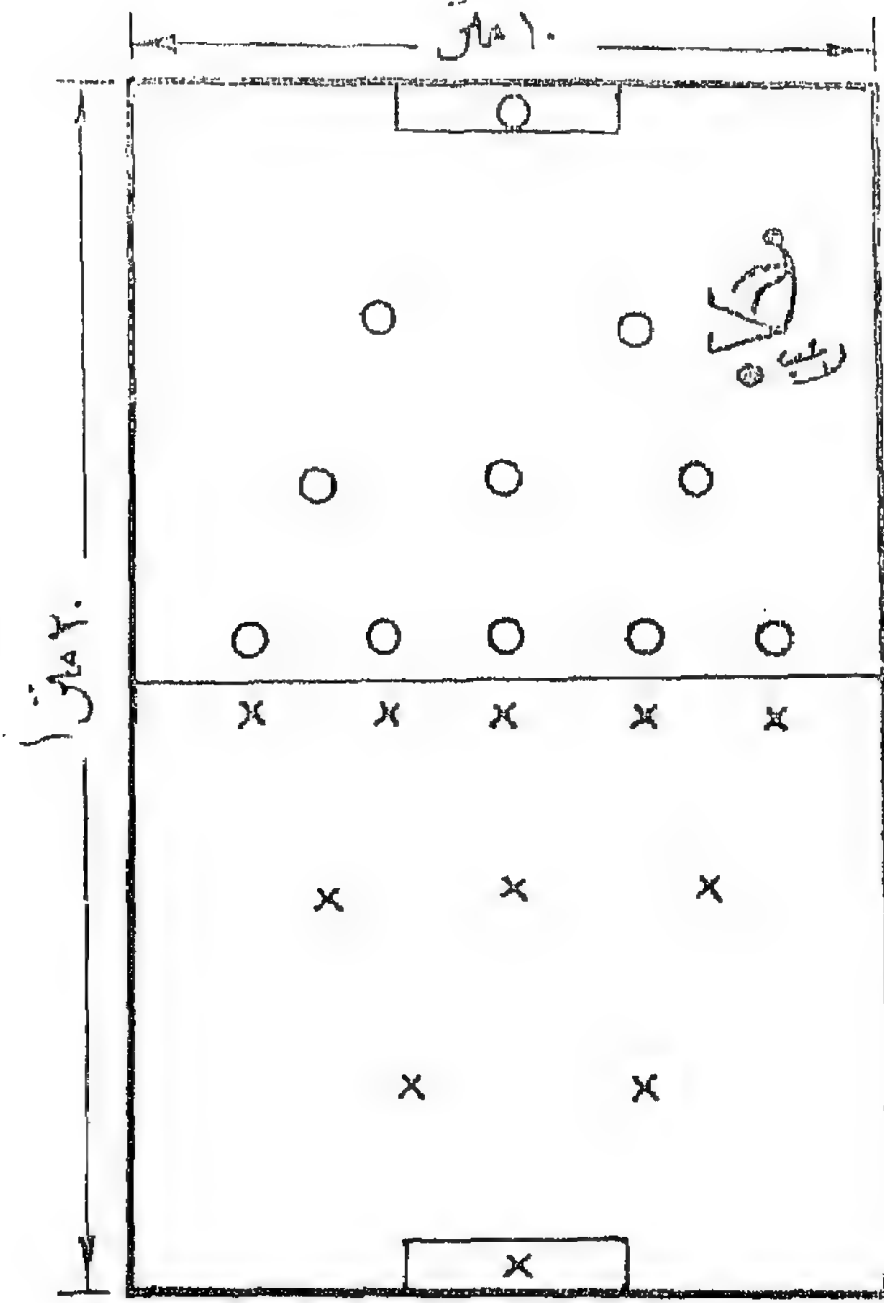
طريقة اللعب :

تعطى كرة لكل فريق مهاجم. وعند سماع الصفارة ترمى الكرة على البرج لإصابته أو تمرر بين الهجوميين بسرعة لإيجاد ثغرة يمكن إصابة الهدف منها، وعلى الفريق المدافع حماية البرج بصد الكرة باليد أو القدم أو أى جزء من أجزاء الجسم .

شروط اللعب :

- (١) أن يكون الرمي على الهدف باليدين .
- (٢) يجوز للهجوم تمرير الكرة فى أى اتجاه حتى يلتهمز أحد اللاعبين فرصة انكشاف الهدف فيصيبه .
- (٣) لا يسمح للدفاع عند صد الكرة بضربها بعيدا خارج الدائرة .
- (٤) لا يسمح للهجوم بالدخول فى الدائرة .
- (٥) بعد خمس عشرة رمية على البرج نفسه يغير الدفاع. وهكذا حتى يأخذ كل دوره فى الدفاع عن البرج .
- (٦) إذا أصابت الكرة البرج فى أى جزء فيه احتسبت نقطة للفريق المهاجم .
- (٧) بعد انتهاء المدة المحددة تحتسب النقاط التى أحرزها كل فريق . والحائز على عدد أكبر من النقاط يعد فائزا .

١٧١ — كرة النفق



(شكل ٩٠)

الملعب :

مستطيل مساحته ١٠ × ٢٠ مترا تقريبا ، وفي طرفيه هدفان عرض كل منهما متران ، ويتركب كل هدف من قائمين صغيرين .

الأدوات :

كرة قدم .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من سبعة إلى أحد عشر لاعبا ، يكون بينهم حارس مرعى وظهيران والباقيون للهجوم والدفاع .

طريقة اللعب :

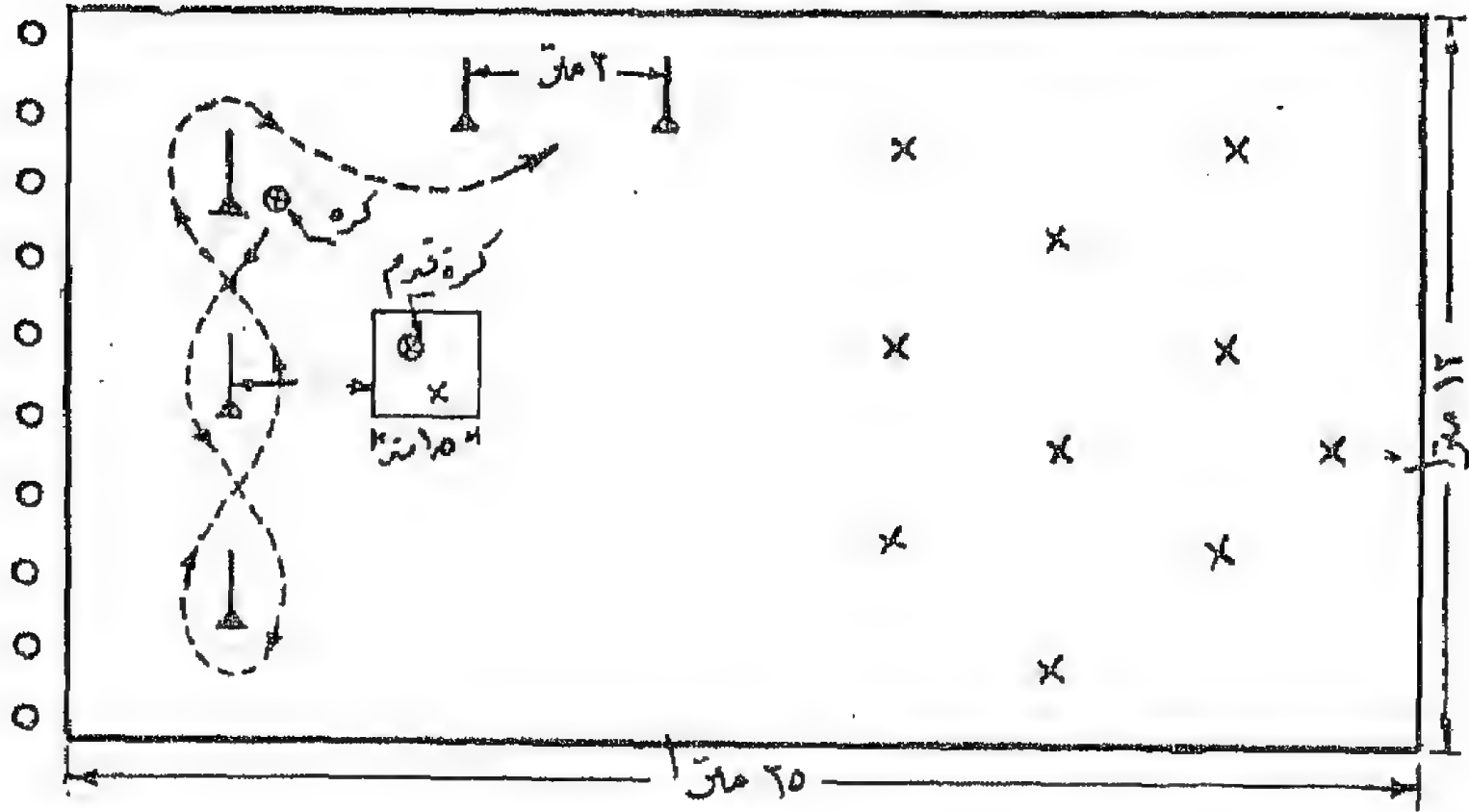
ترمى الكرة بين وسطى الهجوم فيتلقفها أحدهما ويمررها للاعبى فريقه ، بشرط أن يدور اللاعب حول نفسه وينحنى للأمام ثم يرمى الكرة من بين رجله للخلف ،

وهكذا يكون تمرير الكرة بين اللاعبين طوال اللعب، وكذلك يكون رميها نحو الهدف لإصابته، غير أن حارس المرمى وحده يستطيع رمي الكرة بيديه مواجهًا للملعب أى دون الدوران والانحناء.

شروط اللعب :

- (١) أن يكون تمرير الكرة باليدين .
- (٢) إذا أمسك الكرة لاعبان في وقت واحد يوقف اللعب وترمى الكرة بينهما من جديد .
- (٣) يستطيع اللاعبون الانتقال في أى مكان في الملعب .
- (٤) إذا خرجت الكرة من الملعب يرميها للعب ثانية لاعب من الفريق المضاد .
- (٥) إذا خالف لاعب شروط اللعب أو ظهرت منه خشونة في اللعب تعطى رمية للفريق المضاد .
- (٦) مدة اللعب : يتفق عليها الفريقان .

١٧٢ — الكرة المتعرجة



(شكل ٩١)

الملعب :

مستطيل مساحته ٢٥ × ١٢ متراً، وفي ناحية منه وعلى بعد ٥ أمتار من ضلعيه قصير والطويل يرسم مربع ١,٥ × ١,٥ متر.

ويوضع جهة الضلع القصير للمستطيل وعلى بعد ٣ أمتار من المربع الداخلى ثلاث عصي (طول كل منها نصف متر) بحيث تبعد كل منها عن الأخرى بمسافة ١,٥ متر . كما توضع جهة الضلع الكبير وعلى بعد ٣ أمتار من المربع الداخلى عصاتان (طول كل منهما نصف متر) بحيث تكون المسافة بينهما مترين تقريبا ويسمى هذا الهدف .

الأدوات :

كرتا قدم . توضع إحداهما داخل المربع وتوضع الثانية بجوار العصا الأولى .

اللاعبون :

فريقان (أحمر وأزرق) عدد كل منهما من ٧ إلى ١٥ لاعبا .

طريقة اللعب :

يقف الفريق الأحمر على جانب الضلع القصير للمستطيل بينما ينتشر الفريق الأزرق في نصف الملعب الخالى . ويقف لاعب أزرق داخل المربع .

يبدأ اللعب بأن يخرج اللاعب الأحمر الأول ليضرب الكرة التي بالمربع بقدمه لأى مكان في الملعب . ثم ينتقل مباشرة للكرة الثانية فيضربها بقدمه أيضا لتمريرين وحول العصي الثلاث في طريق معرج ويعود بها بنفس الطريقة . حتى إذا ما وصل لمكانها الأول ضربها لتمرير في الهدف . وفي هذه الأثناء يحاول أفراد الفريق الأزرق تمرير الكرة الأولى بينهم حتى تصل لزميلهم الواقف داخل المربع قبل أن يصيب اللاعب الأحمر الهدف .

شروط اللعب :

(١) أن يكون تمرير الكرة بين العصي ونحو الهدف بالقدم . وتمريرها بين الأفراد بالقدم أو الرأس .

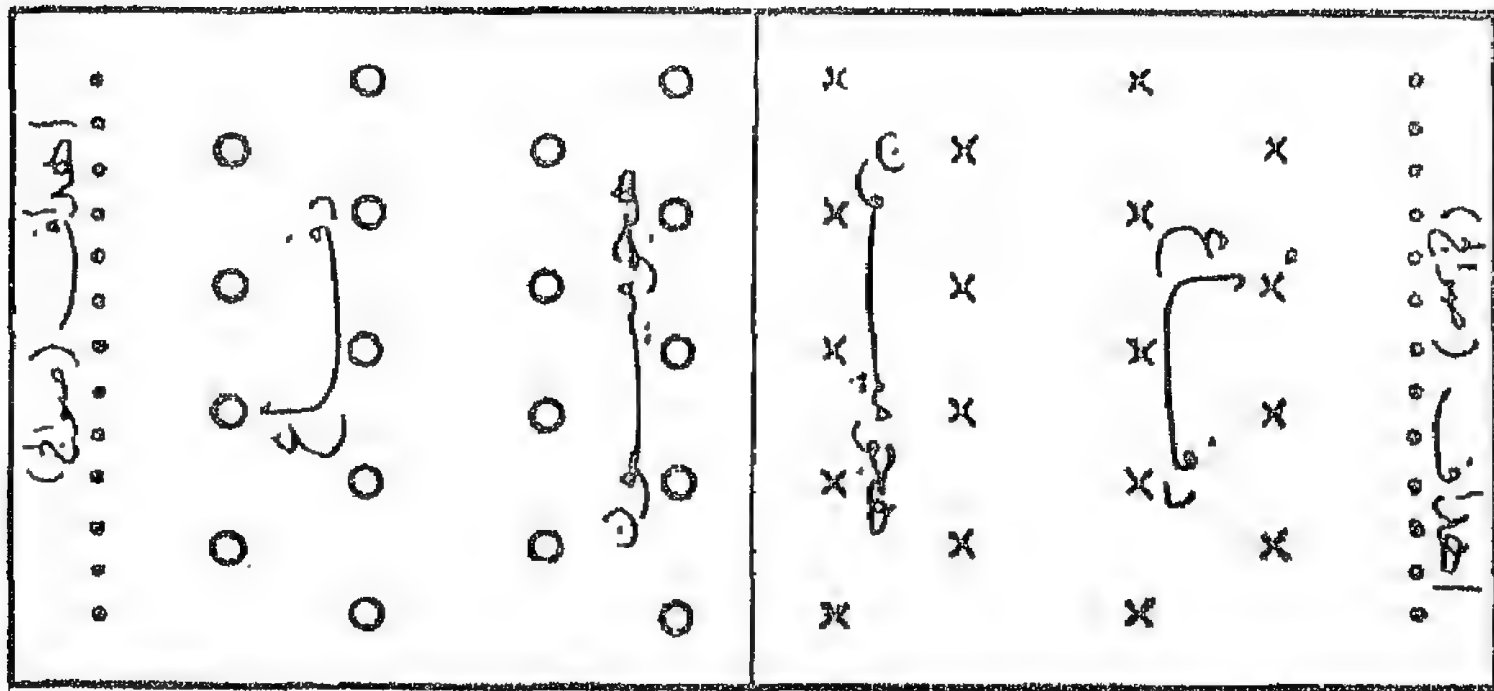
(٢) لا يسمح لأى لاعب أو للاعب الواقف في المربع بمسك الكرة باليد ، كما لا يسمح له بالخروج كلية من المربع .

(٣) إذا أصاب اللاعب الأحمر الهدف قبل أن تصل الكرة للاعب الأزرق في المربع احتسبت نقطة للفريق الأحمر .

(٤) إذا وصلت الكرة للمربع قبل أن يصيب اللاعب الأحمر الهدف عدّ الأخير خارجاً

(٥) إذا انتهى اللاعب الأحمر من دوره حل محله آخر ويمكن الدخول مرة أخرى في النهاية. وهكذا حتى ينتهي جميع أفراد الفريق ثم تحتسب النقط و يتبادل الفريقان مكانيهما .

١٧٣ — كرة الهجوم



(شكل ١٢)

الملعب :

مستطيل مساحته ١٠ × ٢٠ متراً تقريباً، ويرسم خط في منتصفه يقسمه إلى ملعبين متساويين .

الأدوات :

كرة قدم أو أكثر أو عدة كرات تنس وصوابع توزع بالتساوى على الفريقين ، وتوضع الصوابع على بعد متر واحد تقريباً من خطى المرمى .

اللاعبون :

من ١٠ إلى ١٥ لاعبا ينقسمون بعضهم للدفاع ويقفون أمام الصوابج .
والبعض للهجوم ويقفون على بعد متر تقريبا من خط الوسط .

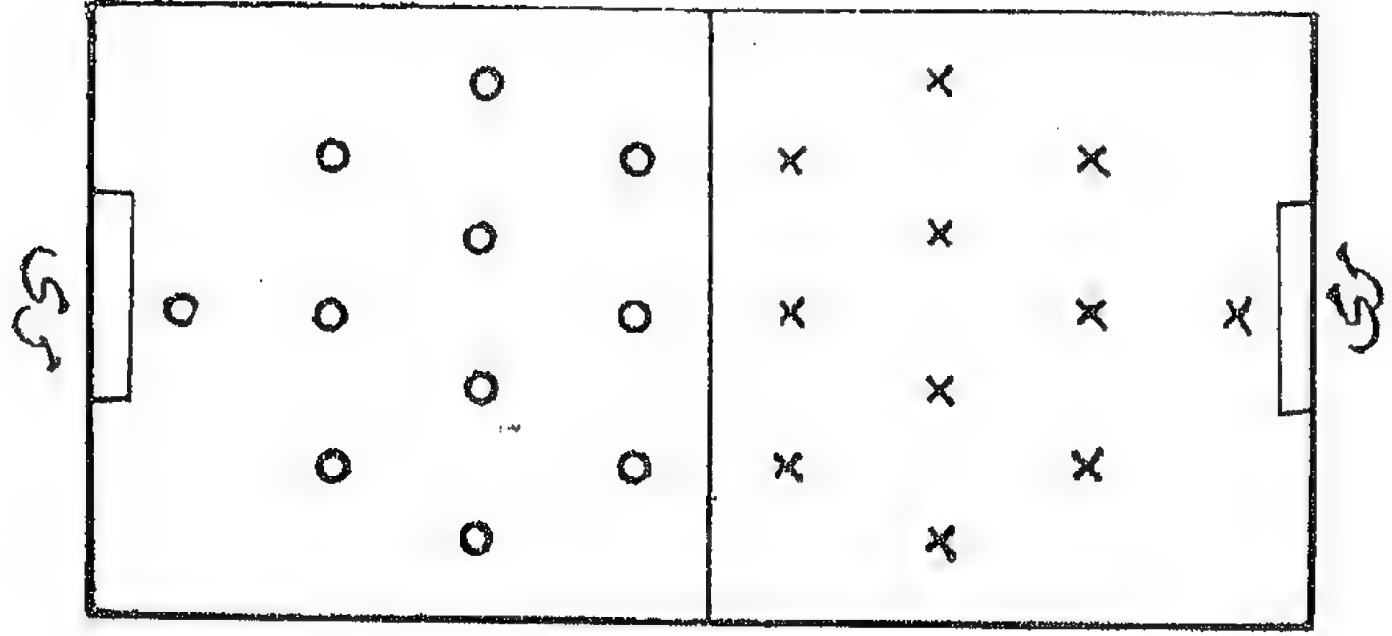
طريقة اللعب :

يعطى كل فريق عددا من الكرات . وعند سماع الإشارة بالبداية يحاول المهاجمون رمي الكرات على الصوابج الخاصة بالفريق المضاد ويحاول الدفاع صدها وتمرير الكرات للمهاجمين من فريقهم .

شروط اللعب :

- (١) إذا وقع صوابج أو أكثر فلا يجوز إيقافه ثانية .
- (٢) الفريق الذي يتبقى له أكبر عدد من الصوابج يعد فائزا .
- (٣) ينقسم وقت اللعب لثلاث فترات في هذه اللعبة وعند انتهائه تعطى النقاط لكل فريق حسب الصوابج التي لا تزال واقفة . ثم يبدأ في اللعب ثانية .

١٧٤ - الكرة الطائرة



(شكل ٩٣)

الملعب :

مستطيل مساحته ٦٠ × ٣٠ مترا للتلاميذ الصغار و ١٠٠ × ٥٠ مترا للكبار .
وعلى كل من خطيه القصيرين يوضع مرمى لكرة القدم أو الهوكي .

الأدوات :

كرة قدم .

اللاعبون :

فريقان كل منهما من ٨ إلى ١٢ لاعبا لكل فريق ، نصفهم للدفاع والنصف
الآخر للهجوم .

الغرض من اللعب :

محاولة إدخال الكرة داخل المرمى أو وضعها فوق خط المرمى باليدين .

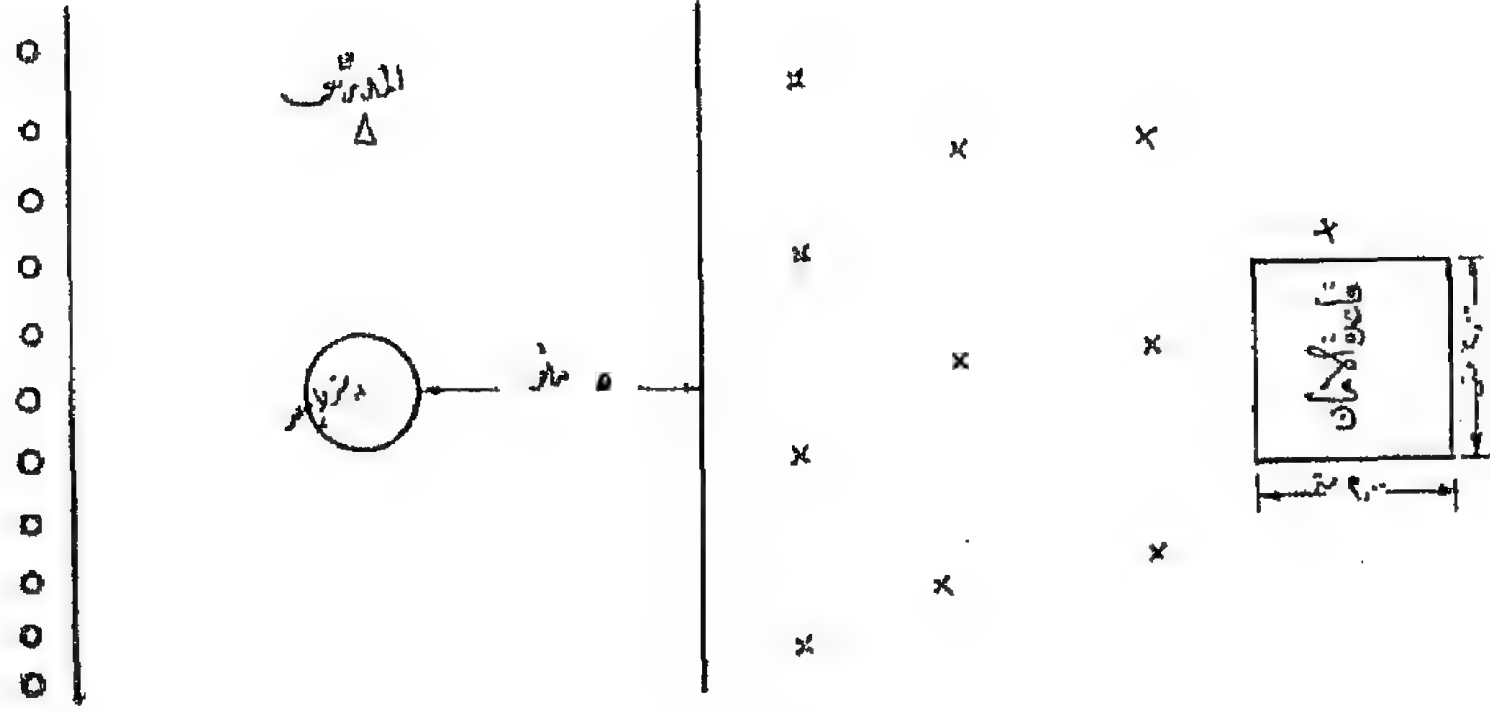
طريقة اللعب :

تكون الكرة من نصيب أحد الفريقين وتوضع في الوسط أمام وسط الهجوم وعند بدء اللعب يسمح للاعبين بتنطيط الكرة أو ضربها بالقدم أو ضربها باليد مفتوحة أو رميها أو ضربها بالرأس أو بقبضة اليد وتمريها من لاعب لآخر أو المحاورة بها بالقدم أو اليد .

شروط اللعب :

- (١) لا يجوز الدفع باليد أو اللعب الخشن .
- (٢) إذا لمس لاعب ومعه الكرة بواسطة لاعب مضاد فيجب أن يمرر الكرة للاعب آخر مباشرة .
- (٣) لا يجوز مسك الكرة باليدين والجري بها .
- (٤) لا يجوز عرقلة لاعب بمواجهته أثناء الجري .
- (٥) إذا مسكت الكرة بواسطة لاعبين في وقت واحد فترمي بينهما بواسطة الحكم .
- (٦) إذا خرجت الكرة على خطي الجانب فيرميها في الملعب لاعب من الفريق المضاد وعند النقطة التي خرجت منه .
- (٧) مدة اللعب ٢٠ دقيقة لكل شوط

١٧٥ - كرة الرأس



(شكل ٩٤)

الملعب :

خط طوله من ١٠ - ١٥ مترا . يقابله على بعد خمسة أمتار منه دائرة قطرها متر واحد . وعلى بعد خمسة أمتار منها خط مستقيم . وفي الجهة الثانية من الخط وعلى بعد خمسة عشر مترا منه قاعدة الأمان ومساحتها متران مربعان .

الأدوات :

كرة قدم أو كرة مائلة .

اللاعبون :

فريقان (أحمر وأزرق) عدد كل منهما من ٩ إلى ١٥ لاعبا .

طريقة اللعب :

يقف الفريق الأزرق خلف الخط المستقيم . بينما ينتشر الفريق الأحمر خلف الخط . ويقف المدرس أمام الدائرة ماسكا الكرة .

يبدأ اللعب بأن يدخل واحد من الفريق الأزرق الدائرة فيرمى له المدرس الكرة عالية ويحاول اللاعب ضربها برأسه خلف الخط . ثم يجرى داخله للوصول لقاعدة الأمان . وفي أثناء جريه يحاول لاعبو الفريق الأحمر لقف الكرة وإصابته بها برميها باليدين عليه . ولهم الحق في الانتقال خلف الخط فقط . ويشترط في اللعب :

(١) عند ضرب الكرة بالرأس يجب أن تمر فوق الخط . وإذا لم يفلح اللاعب في ضربها أو إذا لم يفلح في إرسائها أعطيت له فرصة ثانية وثالثة ثم يعد خارجا .

(٢) إذا ضرب اللاعب الكرة برأسه فأرسلها خلف الخط وجرى حتى وصل القاعدة دون أن يصيبه الفريق الأحمر بالكرة احتسبت نقطة لفريقه . وهنا يخرج لاعب آخر من فريقه ويقف في الدائرة ليرمي له المدرس الكرة . وهكذا واحد بعد واحد .

(٣) إذا تمكن أحد أفراد الفريق الأحمر من إصابة اللاعب بالكرة في أثناء جريه عد اللاعب خارجا .

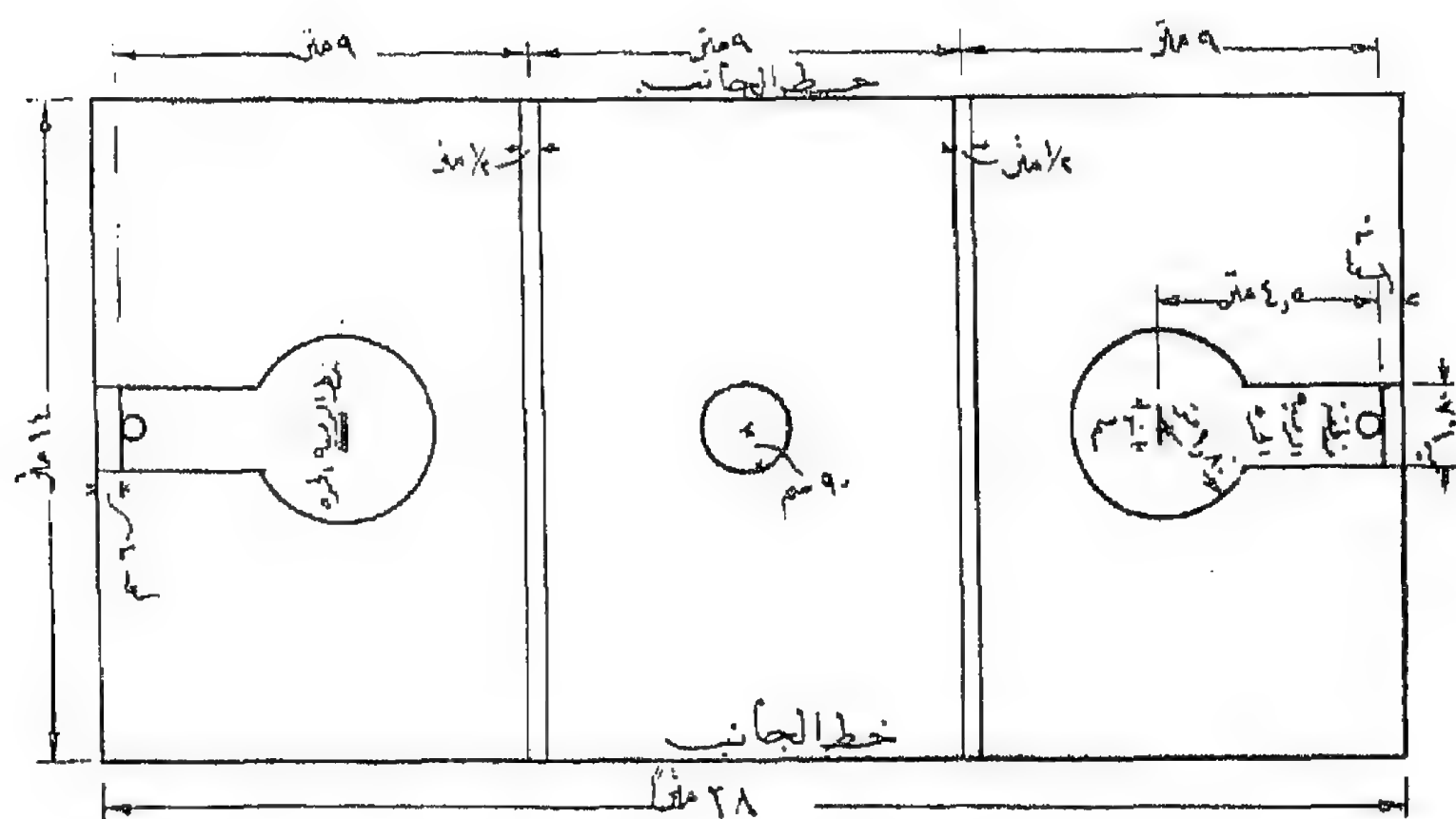
(٤) يستطيع أفراد الفريق الأحمر لقف الكرة وتمريها بينهم بسرعة حتى يستطيع أقربهم للقاعدة إصابته بها .

(٥) إذا ضرب اللاعب الكرة بالرأس فتخطت الخط وكانت عالية بحيث إن ثلاثة لاعبين من الأحمر تمكنوا من ضربها ثلاث مرات متعاقبة بالرأس (دون أن تمس الأرض) عد اللاعب الأزرق خارجا .

(٦) إذا تمكن خمسة لاعبين مختلفين من الفريق الأحمر ضرب الكرة بالرأس دون أن تمس الأرض عد الفريق الأزرق كله خارجا ، ويغير مكانه مع الفريق الأحمر .

(٧) يستمر لاعبو الفريق الأزرق في اللعب واحدا بعد الآخر حتى ينتهي الفريق ، فتحتسب النقاط . ثم يتبادل الفريقان مكانيهما فيقف الأزرق خلف الخط ويقف الأحمر خلف الخط المستقيم .

(٨) إذا أحرز لاعب من الفريق الأزرق نقطة لفريقه فله الحق أن يدخل مرة أخرى بعد انتهاء أفراد فريقه بضرب الكرة بالرأس من الدائرة .



(شکل ۹۵)

المحب

مستطيل مساحته 27×14 مترا. مقسم إلى ثلاثة أقسام متساوية طول كل منها ٩ أمتار ، وعرض كل من الخططين الفاصلين للأقسام نصف متر تقريبا ، وفي وسط خطى النهاية هدفان بهما سلتان على ارتفاع مترين .

الأدوات :

كرة سلة أو كرة طائرة .

اللاعبون :

فريقان يتكون كل منهما من ستة إلى تسعة لاعبين ، منهما لاعبا وسط ولاعبان هجوميان ولاعبان حارسان . ويقف حارسا الفريق في القسم الذي به هدفهما . ولاعبا الوسط في القسم الأوسط من الملعب . والهجوميان في القسم الذي به هدف الفريق المضاد (اذا كان اللاعبون تسعة يقسمون إلى : ثلاثة لاعبي وسط وثلاثة هجوميين وثلاثة حراس) . ويشترط ألا يترك اللاعب قسمه من الملعب كما لا يسمح للاعب الوسط أو الحارسين بالرمي على الهدف .

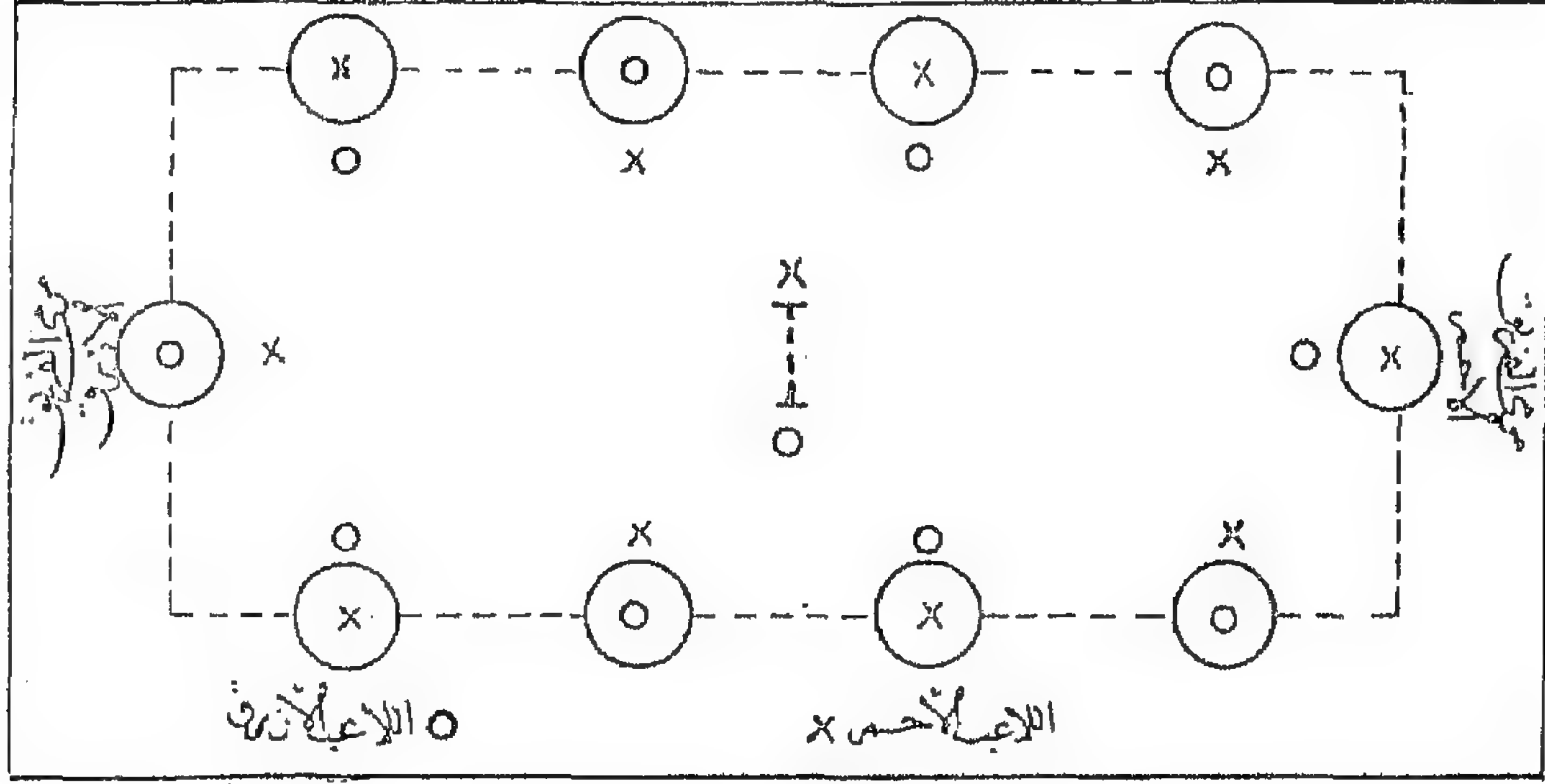
طريقة اللعب :

يرمى الحكم الكرة بين لاعبي وسط متضادين في منتصف الملعب ، فيتلقفها أحدهما ويمررها بالرمي أو الضرب بالكف أو بتنطيطها من لاعب لآخر . بينما يحاول الفريق الآخر أخذها — فإذا أصاب أحد المهاجمين الهدف من أى مكان في الملعب أعطى فريقه نقطتان . وإذا أصابه نتيجة رمية حرة من خطها احتسب لفريقه نقطة .

شروط اللعب :

- (١) لا تنط الكرة على الأرض أكثر من مرة .
- (٢) لا يسمح بدحرجة الكرة على الأرض أو ضربها بالقدم أو بقبضة اليد أو باعطائها للاعب آخر يد بيد .
- (٣) يجب أن تمر الكرة توا من لاعب لآخر ولا يبقها اللاعب أكثر من ٣ ثوان معه .
- (٤) لا يسمح للاعب بلمس الكرة وهي في يد لاعب آخر .
- (٥) حراسة الهدف تكون بمنع أو عرقلة رمية أو تنطيط بدون احتكاك أو تصادم اللاعبين .
- (٦) في حالة الخطأ تعطى رمية حرة يرميها أحد هجومي الفريق المضاد من خط الرمية الحرة .
- (٧) تقسم مدة اللعب بين الفريقين الى أربعة أقسام كل قسم منها يستغرق ست دقائق ، وبين الفترة الأولى والثانية دقيقتان وكذلك بين الثالثة والرابعة .
- (٨) إذا كان عدد الفصل كبيرا فانه يقسم إلى أربعة فرق يلعب اثنان منهما أولا لمدة ثمان دقائق ، ثم يلعب الفريقان الباقيان ، وبعد ذلك الفريقان الغالبان وهكذا .

١٧٧ — كرة الانتقال



(شكل ٩٦)

الملعب :

مستطيل مساحته ٣٠ × ٢٠ متراً، وترسم أمام خطى المرمى دائرتان للمرمى قطر الواحدة متر ونصف، وأمام خطى الجانبين ثمان دوائر — أربع أمام كل خط ، وتكون الدوائر المرسومة على خطى الجانبين والدائرتان على خطى المرمى مستطيلاً داخل المستطيل الأصلي بحيث تكون المسافة بين كل دائرة وأخرى خمسة أمتار تقريباً. ويرسم خط في وسط الملعب مواز لخطى المرمى طوله متران لوقوف لاعبي الوسط عند ابتداء اللعب .

الأدوات :

كرة قدم صغيرة .

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكون من ١١ لاعبا . ويختب حارسان للمرمى من كلا الفريقين ليقتفا داخل دائرتي المرمى . ويقف لاعب الوسط لكل فريق في وسط الملعب لبدء اللعب . ويوزع بعض اللاعبين على الدوائر بالتبادل أى يقف لاعب

من الفريق الأحمر في دائرة، وآخر من الفريق الأزرق في الدائرة المجاورة له. وهكذا كما في الرسم. ويقف اللاعبون الباقون من الفريقين أمام الدوائر بحيث يقف لاعب من الفريق الأزرق في دائرة وأمامه لاعب من الأحمر وهكذا.

طريقة اللعب :

تنطط الكرة بين لاعبي الوسط عند الابتداء. ولا يبدأ اللعب إلا إذا مسك الكرة أحد هذين اللاعبين .
وتحتسب الإصابة إذا مسكت الكرة بعد رميها إلى اللاعب الواقف داخل دائرة المرمى .
وعند إصابة الهدف يتحرك جميع اللاعبين في اتجاه عقرب الساعة مكانا واحدا .
ويأخذ حارس المرمى في الدائرة مكانا في قاعدة .

شروط اللعب :

(١) إذا تحرك لاعب من لاعبي الوسط قبل تنطيط الكرة بينهما في البداية فتعطى رمية حرة للفريق المضاد .

(٢) لا يجوز للاعب :

- (أ) تنطيط الكرة أو ضربها باليد لمسكها ثانية .
- (ب) دحرجة الكرة على الأرض لأخذها مرة أخرى .
- (ج) خطف أو دفع أو ضرب الكرة وهي في يد لاعب آخر .
- (د) أخذ خطوة واحدة أو أكثر والكرة في يده .
- (هـ) إخفاء أنظار لاعب قبل أن تترك الكرة يده .
- (و) خروج من الدائرة لمسك الكرة .
- (ز) دخوله داخل الدائرة لمسك الكرة .

وبخالفه إحدى هذه القواعد تعطى رمية حرة للفريق المضاد وفيها يقف الآخرون على بعد ٣ أمتار منه .

(٤) لا تحتسب الإصابة إذا نطت الكرة على الأرض ومسكها حارس المرمى يديه أو نطت على حائط مجاور وعادت ليدي حارس المرمى . وفي هذه الحالة تنطط الكرة ثانية في الوسط ويبقى جميع اللاعبين في أماكنهم بدون انتقال .

(٥) لا تحتسب الإصابة إذا وضع الكرة لاعب في يدي حارس المرمى . وتعطى رمية حرة للفريق المضاد .

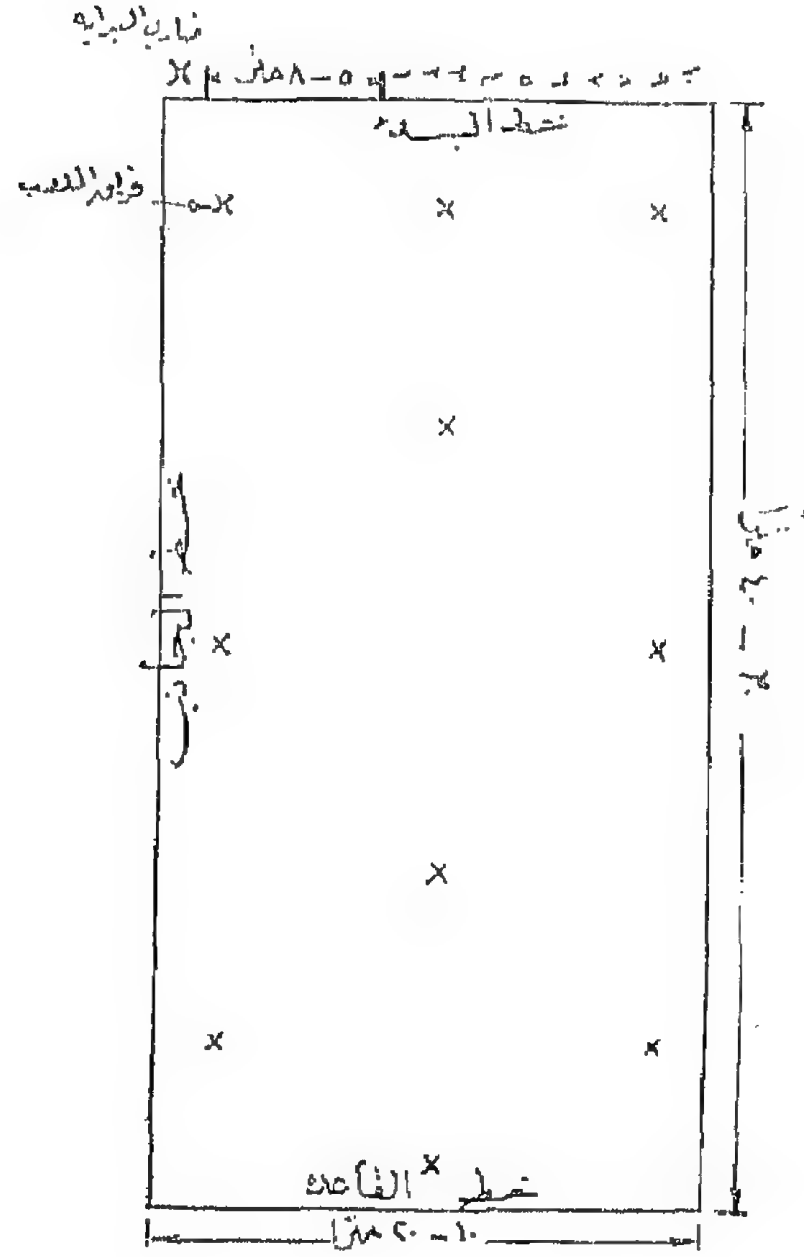
(٦) إذا مسك الكرة لاعبان فتنتط بينهما كما في البداية تماما عند النقطة التي حدثت عندها .

(٧) إذا مسك الكرة لاعبان من فريق واحد تعطى رمية حرة للاعب من الفريق المضاد .

(٨) عند انتهاء الشوط الأول يغير كل لاعب في الدائرة مكانه مع الآخرين وتغير الأهداف أيضا .

(٩) لا يسمح للاعبى الدفاع ولا اللاعبين الواقفين في القواعد بتخطي منتصف الملعب أثناء اللعب .

١٧٨ — الكرة الطويلة



(شكل ٩٧)

الملعب :

مستطيل طوله من ٢٠ إلى ٤٠ مترا وعرضه من عشرة إلى عشرين مترا .
ويسمى الخطان الطويلان خطى الجانبين وأحد الخطين القصيرين خط القاعدة
والآخر خط البدء .

الأدوات :

كرة تنس أو كرة جلد ومضرب طوله ٦٠ سم وعرضه ٥ سم .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ٩ إلى ١٢ لاعبا . ويقف أحد الفريقين خلف خط
البدء ويسمى "الفريق الضارب" ويعطى لاعبوه أرقاما متسلسلة ويكون معهم
المضرب . أما الفريق الثاني فينتشر في الملعب ويسمى "فريق الملعب" ويرسل
هذا الفريق واحدا من لاعبيه خلف خط البدء ليرمى الكرة للفريق الضارب
من مسافة ٥ أمتار تقريبا ويسمى هذا اللاعب "الرامي" .

الغرض من اللعب :

أن يجرى لاعب الفريق الضارب عدة مرات بطول الملعب بعد ضرب الكرة. وتحتسب نقطة للجاري عندما يجرى من خط البدء إلى خط القاعدة دون أن يضربه فريق الملعب بالكرة ودون أن يخل بقواعد اللعبة .

طريقة اللعب :

يقف رامى الكرة خلف خط البدء ويرميها رمية سفلية (من تحت لفوق) بحيث لا تعلق عن الكتف ولا تنخفض عن الركبة وبدون أن تقع على الأرض . فيضربها الضارب الأول بمضربه ويجرى داخل الملعب متجها نحو القاعدة حتى إذا ما وصلها تحتسب له نقطة . ويحاول لاعبو " فريق الملعب " مسك الكرة وتمريضها فيما بينهم لضرب الضارب بها في أثناء جريه من خط البدء إلى خط القاعدة ، فان أفلحوا في ذلك عد اللاعب خارجا (أى مغلوبا) . وإن لم يفلحوا يبدأ اللعب من جديد بالضارب رقم (٢) الذى يقوم بما عمله سابقه إلا أنه بعد أن يضرب الكرة بمضربه ويجرى نحو القاعدة يحاول الضارب رقم (١) العودة إلى خط البدء حتى تحتسب له نقطة ثانية . وفى نفس الوقت يعمل فريق الملعب على إصابة أحدهما بالكرة .

شروط اللعب :

(١) إذا رميت الكرة للضارب رميات رديئة ثلاث مرات فله الحق فى الجرى إلى خط القاعدة دون أن يضرب الكرة بالمضرب .

(٢) إذا ضربت الكرة بالمضرب ووقعت على الأرض مباشرة خلف خط الجانب أو خط البدء دون أن تتدحرج خارج الملعب فيعتبر الفريق الضارب كله خارجا أى مغلوبا وعليه أن يغير مكانه مع فريق الملعب .

(٣) إذا بقي لاعب واحد من الفريق الضارب عند خط البدء فله الحق في ضربتين بعد الرمية الأولى إذا لم يرغب في الجرى ، ويكون غرضه من ذلك مساعدة لاعبي فريقه الموجودين على خط القاعدة في العودة لخط البدء حتى تحتسب لهم نقط .

(٤) يجوز للاعب الملعب التنقل من مكان لآخر وراء الكرة غير أنه لا يسمح لهم بالجري أكثر من ثلاث خطوات .

(٥) إذا ضرب أحد أفراد الفريق الضارب بالكرة داخل الملعب عند عودته لخط البدء يعد مغلوبا وخارجا من اللعب ، ولكنه لا يفقد ما يكون قد اكتسبه من نقط .

(٦) إذا لقفت الكرة باليدين بعد أن يضربها الضارب دون أن تنزل الأرض يعد الضارب مغلوبا وخارجا .

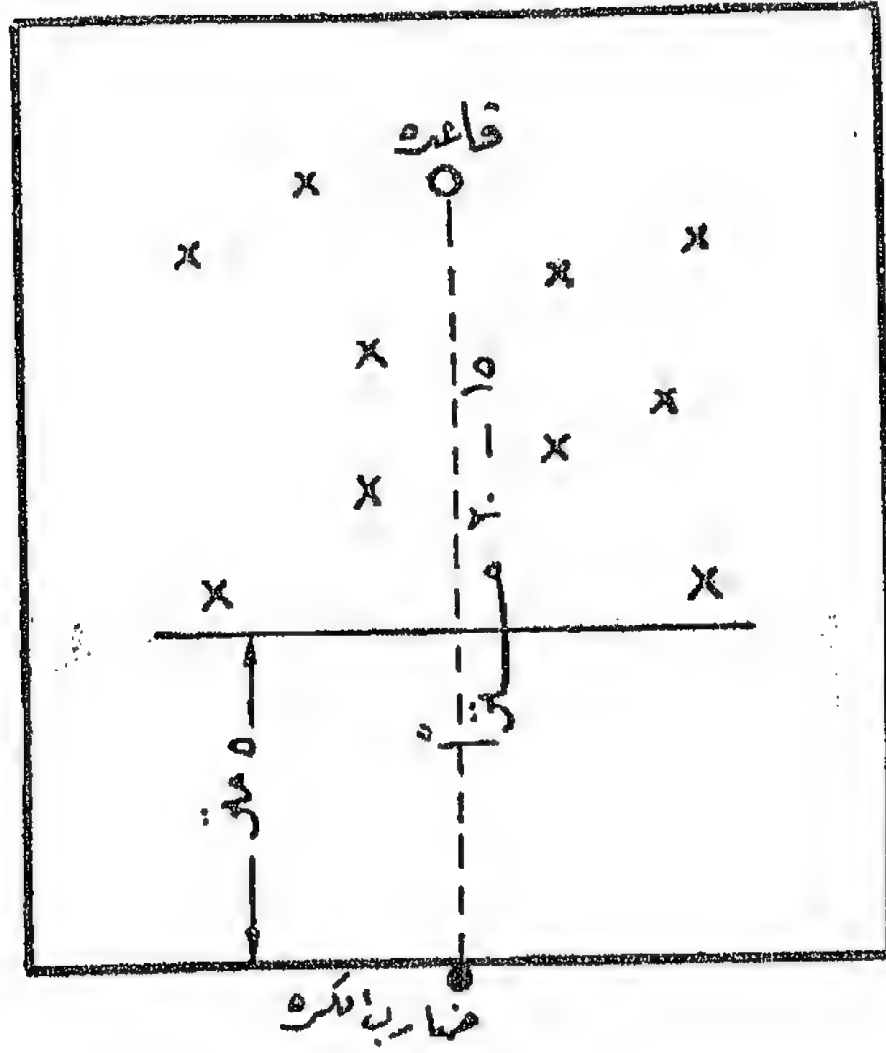
(٧) إذا تخطى الضارب خط الجانب في أثناء جريه في الملعب فإنه يعد خارجا .

(٨) إذا عرقل لاعب آخر في أثناء اللعب فتحتسب نقطة للفريق المضاد .

وعند ما يعد الفريق الضارب كله خارجا يجرى فريق الملعب بسرعة إلى خط البدء محاولا تجنب الضرب بالكرة لأن الفريق الضارب يسعى لمسك الكرة وضرب أحد لاعبي فريق الملعب قبل وصولهم لخط البدء . فإن أصابت قبل وصولهم يعد فريق الملعب خارجا ، ويحدث التغيير من جديد أى يعود الفريق الضارب مكانه وينتشر فريق الملعب .

عند ما ينتهى كل الفريق الضارب من اللعب تحتسب النقط (عدد مرات الجرى) التى أحرزها لاعبه ثم يتبادل الفريقان المواضع .

١٧٩ — الكرة الطرييلة بالقدم



(شكل ٩٨)

الملعب :

يرسم خط في الملعب بالعرض، وترسم دائرة لوضع الكرة داخلها لضربها بالقدم، بحيث تكون المسافة بينها وبين الخط المرسوم خمسة أمتار، ويرسم في الجهة المقابلة لها من هذا الخط قاعدة عبارة عن دائرة كبيرة قطرها متر واحد، بحيث تكون المسافة بين الدائرة التي توضع بها الكرة والقاعدة من ١٥ إلى ٣٠ مترا .

الأدوات :

كرة قدم .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ١٠ إلى ٣٠ لاعبا، يسمى أحدهما "فريق الملعب" وينتشر أفراداه خلف الخط المرسوم بالعرض في أى مكان بالملاعب، والآخرون "فريق الضرب" ويقف في صف خلف دائرة الضرب .

طريقة اللعب :

توضع الكرة في الدائرة . ويبدأ اللاعب الأول من " فريق الضرب " بضربها بقدمه أو تنطيطها ثم ضربها بالقدم في أى مكان بالملاعب ، ثم يحاول الجرى من الدائرة الواقف عندها إلى القاعدة الأخرى ، ثم يعود . ويحاول أحد أفراد الفريق المضاد مسك الكرة وضرب اللاعب بها قبل عودته إلى الدائرة الأولى .

شروط اللعب :

(١) يجب أن تلمس الكرة الأرض عند ضربها بواسطة أحد اللاعبين من " فريق الضرب " خلف الخط المرسوم بعرض الملعب .

(٢) يعتبر اللاعب الذى ضرب الكرة بالقدم خارجا من اللعب إذا :

(أ) ضرب بالكرة وهى عالية أثناء جريه وقبل وصوله إلى قاعدته التى بدأ منها .

(ب) إذا لمسه بالكرة لاعب من فريق الملعب واقفا عند القاعدة الثانية .

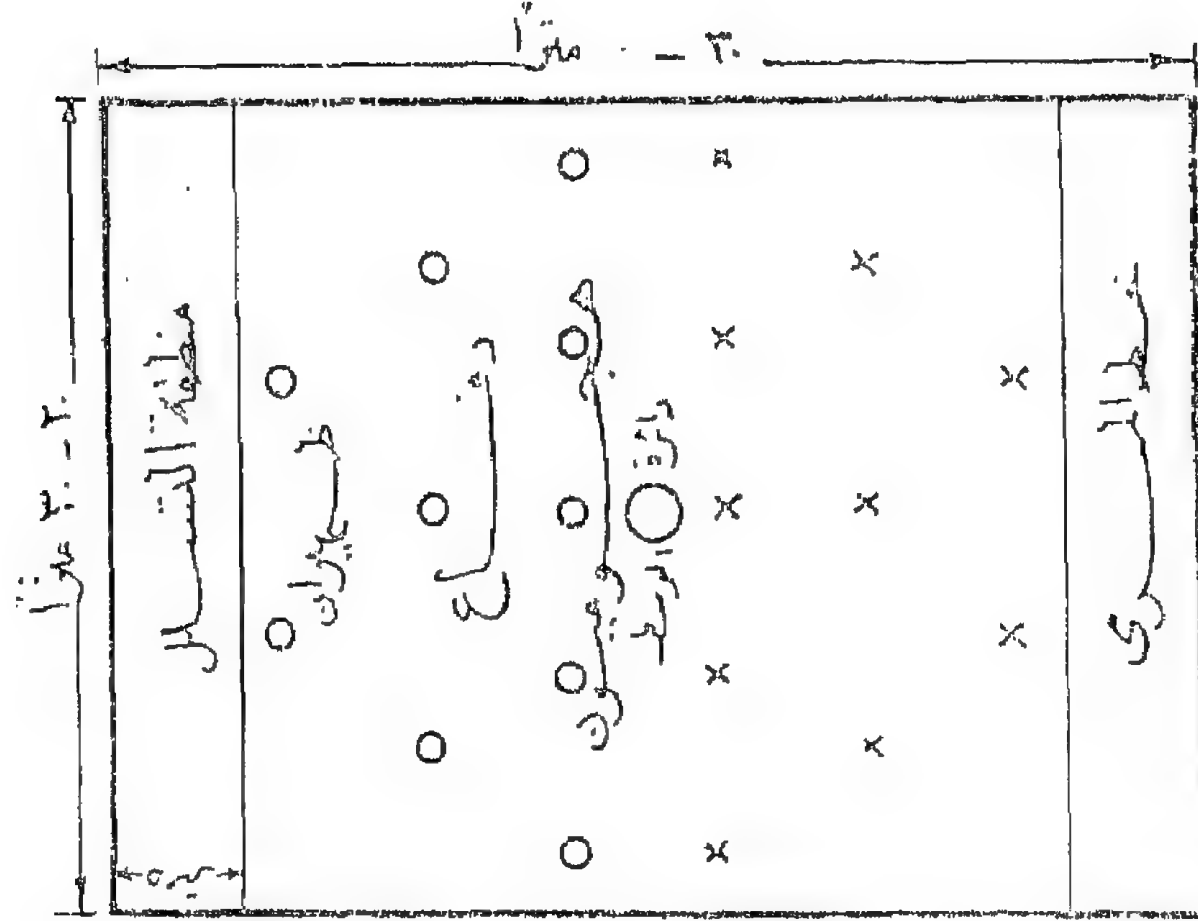
(ج) إذا لمسه لاعب من فريق الملعب بالكرة أثناء ضربها أو تنطيطها خلف الخط المرسوم بعرض الملعب .

(٣) لضارب الكرة محاولتان فقط ويعتبر خارج اللعب إذا فشل في الثانية

(٤) إذا خرج ثلاثة ضاربين للكرة من اللعب فيغير الفريقان أماكنهما .

(٥) تعطى نقطة للفريق عند إتمام جرية ناجحة من وإلى القاعدة .

١٨٠ - رجبى اللبس



(شكل ٩٩)

الملعب :

مستطيل طوله من ٣٠ إلى ٥٠ متراً وعرضه من ٢٠ إلى ٣٠ متراً، يسمى طولاه "خط الجانب" ويسمى عرضه "خط المرمى". ويرسم على بعد ٥ أمتار من خط المرمى خط مواز له وتسمى المسافة بين هذين الخطين "منطقة التسليم". ويرسم في وسط الملعب دائرة قطرها متر واحد .

الأدوات :

كرة قدم أو كرة رجبى .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ٩ إلى ١٢ لاعبا للهجوم والدفاع وظهيران .

الغرض من اللعبة :

أن يتسلم لاعب الكرة خارج منطقة التسليم ثم يجرى ليضعها على الأرض خلف خط مرمى الفريق المضاد بيد واحدة أو بكلا يديه ، فتحتسب هذه إصابة .

طريقة اللعب :

ينشط الحكم الكرة بين وسطى الهجوم فى الدائرة الوسطى ، ويبدأ اللعب بتمرير الكرة بين اللاعبين ، أو أن يحملها لاعب ويحرقى بها على طول الملعب دون أن يلمسه لاعب من الفريق المضاد ، فإن حدث المس فعلى اللاعب التخلص من الكرة قوا بتمريرها للاعب آخر .

شروط اللعب :

(١) يكون تمرير الكرة برميها باليد أو اليدين فى أى اتجاه فى الملعب ولا يصح ضربها باليد المقفلة أو القدم .

(٢) يمكن حمل الكرة والجري بها أية مسافة على ألا يلمس حامل الكرة لاعب مضاد .

(٣) يكون المس بوضع اليد على الكتف ، ولا يصح لمس لاعب لا تكون الكرة فى حوزته .

(٤) إذا خرجت الكرة من الملعب فيعيدها للاعب من المكان الذى خرجت منه لاعب مضاد برمية حرة ، سواء أ كان ذلك على خط المرمى أم على خط الجانب . ويمكن رميها بيد واحدة أو بكلا اليدين فى أى اتجاه .

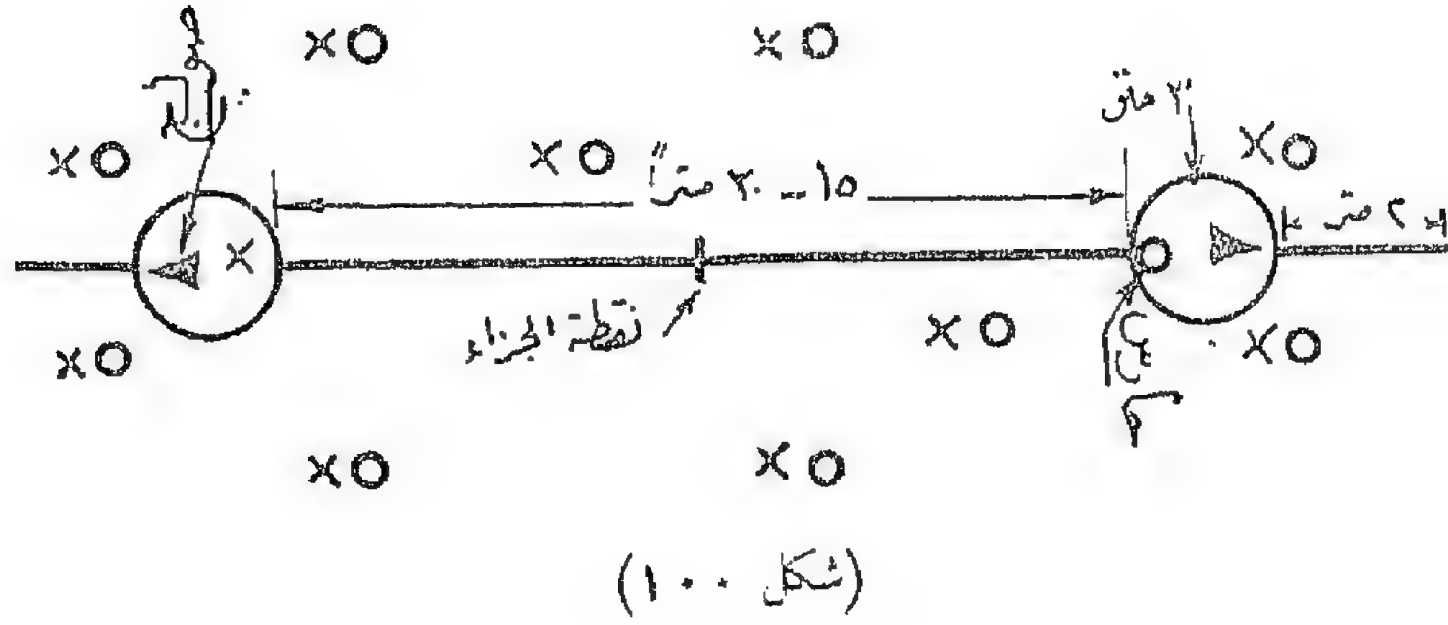
(٥) تحتسب الإصابة إذا وضع اللاعب الكرة بيديه خلف خط المرمى ولا تحتسب إذا رماها من الملعب .

(٦) لا تحتسب الإصابة إذا وقف مهاجم فى منطقة تسال الفريق المضاد ورمى له الكرة فوضعها خلف المرمى . إلا أن تسلم الكرة داخل منطقة التسال لا يعتبر خطأ إذا مرر المهاجم الكرة ثانية للخلف للاعب من فريقه واقف فى الملعب خارج هذه المنطقة أو جرى بها بنفسه من منطقة التسال للخلف حتى يكون فى مركز لا يعتبر فيه متسللاً ثم يتقدم بها نحو خط المرمى محاولاً الإصابة .

(٧) لا يسمح باللعب الحشن .

(٨) تعاقب رمية حرة للفريق المضاد من المكان الذى يحدث عنده الخطأ .

١٨١ — كرة الصواب



الملعب :

يرسم خط بطول الملعب طوله من ١٥ إلى ٢٠ مترا ، وفي نهايته دائرتان قطر كل منهما ٣ أمتار تقريبا ، ويمتد الخط خلف هاتين الدائرتين نحو مترين . كذلك يرسم خط جزء طوله مترين تقاطع مع الخط الأول في منتصف المسافة بين الدائرتين .

الأدوات :

كرة قدم وصوبلجانان أو أى هدف مماثل .

اللاعبون :

فريقان كل منهما من ١١ إلى ١٥ لاعبا منهم حارس للمرمى يقف في داخل الدائرة الخاصة بفريقه . وينتشر بقية اللاعبين في الملعب كل لاعب وأمامه لاعب مضاد ، بحيث يقف نصف اللاعبين في ناحية من الخط والنصف الآخر في الناحية الأخرى .

طريقة اللعب :

ينشط الحكم الكرة بين لاعبين متضادين عند خط الجزاء، فيتلقفها أحدهما ويمررها بالرمي باليدين إلى اللاعبين الذين يشغلون مكانا حسنا يمكنهم من إصابة هدف الفريق المضاد (التمريرات القصيرة السريعة أجدى في هذه اللعبة) وبذا يمكن مهاجمة الهدف وإصابته من أى مكان فى الملعب خارج الدائرة حتى خلفها .

و يعطى الفريق نقطتين إذا أسقط هدف الفريق المضاد. أما إذا أسقطه حارس المرمى عفوا فى محاولاته صد الكرة فتعطى نقطة واحدة للفريق المضاد .

وبعد كل إصابة يبدأ اللعب من جديد عند خط الجزاء .

شروط اللعب :

(١) لا يجوز حمل الكرة والجري بها أو مسكها أكثر من ٣ ثوان ، فإذا حدث هذا تعطى رمية حرة للفريق المضاد من المكان الذى حدث الخطأ عنده .

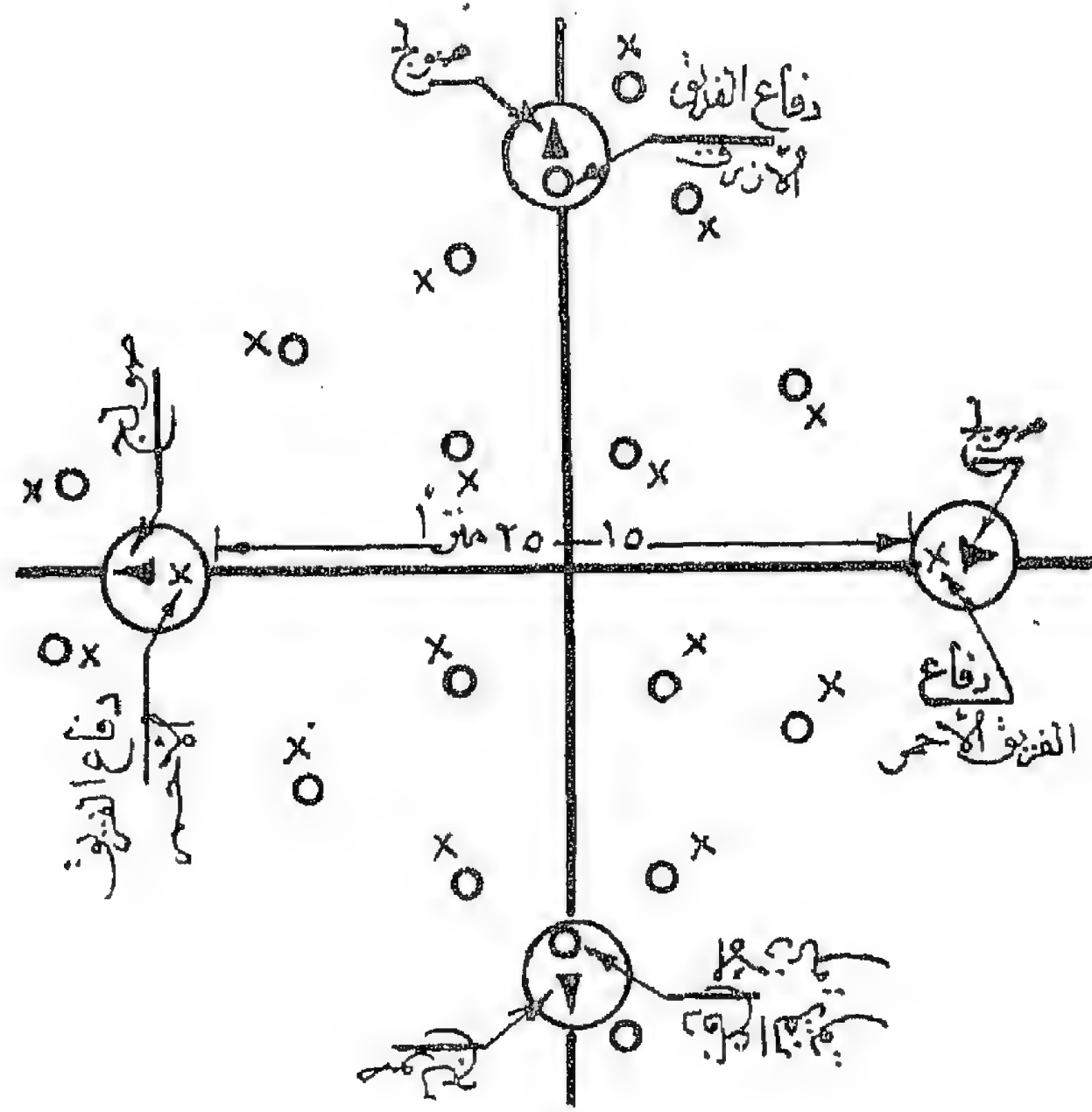
(٢) لا يجوز للاعب الانتقال من ناحية فى الخط إلى ناحية أخرى (تخطى الخط) فإذا حدث هذا تعطى رمية حرة للفريق المضاد .

(٣) لا يسمح لخير حارس المرمى بدخول الدائرة — فى حالة الخطأ تُعطى رمية حرة للفريق المضاد .

(٤) تضرب الكرة باليد مفتوحة أو ترمى ولكن لا تضرب بقبضة اليد أو بالقدم — فى حالة الخطأ تُعطى رمية حرة للفريق المضاد .

(٥) فى حالة اللعب الخشن تعطى رمية جزاء للفريق المضاد. ورمية الجزاء ترمى من خط الجزاء على الهدف بعد خروج الحارس من الدائرة وابتعاد باقى اللاعبين. ولا يسمح للحارس بدخول الدائرة إلا إذا أصابت الكرة الهدف أو أخطأته. فإذا أخطأته تكون الكرة فى حالة لعب أى يستطيع أى لاعب أن يتلقفها ويستمر اللعب .

١٨٢ — كرة الصوالج في أربع دوائر



(شكل ١٠١)

الملعب :

خطان متقاطعان في زاوية قائمة طولها من ١٥ إلى ٢٥ مترا، وفي نهايات هذين الخطين ترسم دوائر قطر كل منها ٣ أمتار تقريبا. وتستمر الخطوط خلف هذه الدوائر نحو مترين . ويوضع في وسط كل دائرة هدف (انظر الرسم) .

الأدوات :

كرة قدم وأربعة أهداف .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ١٤ إلى ١٨ لاعبا. وينتخب لاعبان من كل فريق ليكونا حارسين للرمي ويقفان في دائرتين متقابلتين . ويتشرباقي اللاعبين من كل فريق في الملعب للدفاع عن الأهداف بحيث يكون كل لاعب أمام لاعب مضاد.

الأدوات :

كرة قدم أو كرة مطاط كبيرة .

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكون من ٢١ لاعبا يوزعون كالاتى :

٧ مهاجمين .

٣ للوسط .

٧ دفاع خارجى .

٣ دفاع داخلى ويقفون داخل المضمار أى بين الدائرة الصغرى والكبرى .

١ حارس مرمى ويقف داخل الدائرة الصغرى .

ويمكن أن يكون عدد اللاعبين أقل أو أكثر من ذلك .

الغرض من اللعبة :

ضرب المرمى بالكرة على أن تسقط رأسا فى المرمى ولا تحتسب إذا خرجت داخل المرمى .

طريقة اللعب :

ينطط الحكم الكرة بين لاعبي وسط متضادين بحيث يقفان فتحا خارج دائرة الوسط ويواجهان المرميين المتضادين . ويبدأ اللعب عند لمس الكرة بواسطة أحد هذين اللاعبين وتدريبها بواسطة أحدهما إلى الهجوميين من فريقهما .

شروط اللعب :

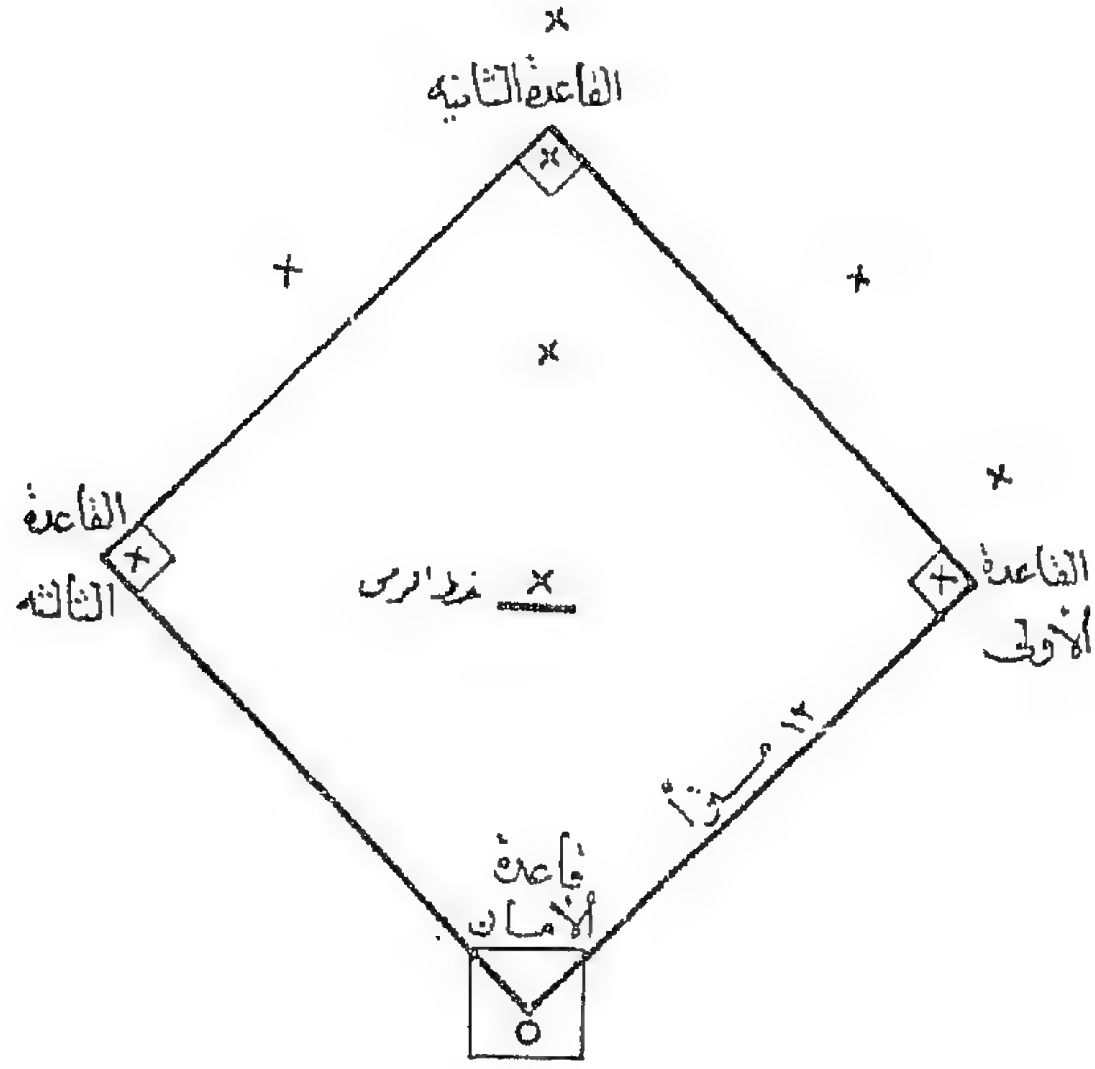
- (١) لا يجوز لأي لاعب دخول الدائرة الكبرى لغرض الهجوم أو الدفاع .
- (٢) تنطط الكرة في دائرة الوسط بعد كل إصابة للمرمى .
- (٣) يجب أن تمر الكرة خارج الدائرة الكبرى حتى تتاح الفرصة لجذب الدناع وفتح ثغرة .
- (٤) يمكن مهاجمة الحارس من أية نقطة خارج الدائرة الكبرى .
- (٥) ليس هناك حدود للملعب ولذا لا تعتبر الكرة خارجة .
- (٦) عند تمرير الكرة بين لاعبين يجب أن تكون المسافة كافية تسمح بمرور شخص بينهما .

الأخطاء :

- (١) حمل الكرة أكثر من خطوة .
- (٢) ضرب الكرة بقبضة اليد .
- (٣) مسك الكرة أكثر من ٣ ثوان .
- (٤) دخول أى لاعب غير الدفاع الداخلى المضمار .
- (٥) تمرير الكرة بين لاعبين متقاربين .
- تعطى رمية حرة من النقطة التى حدثت عندها المخالفات ١، ٢، ٣، ٤، ٥
- (٦) الدفع بالكتف أو الشد أو وضع القدم أمام لاعب .
- (٧) ضرب الكرة بالقدم .
- (٨) خروج حارس المرمى خارج الدائرة .
- (٩) دخول الدفاع الداخلى دائرة المرمى .

تعطى رمية جزاء من أية نقطة على الدائرة الخارجية عند حدوث الأخطاء ٦، ٧، ٨، ٩ وفى أثناء رمية الجزاء يقف حارس المرمى فقط ، ويقف بقية اللاعبين بعيدين بمقدار ثلاثة أمتار على الأقل .

١٨٤ — الجرى حول القواعد



(شكل ١٠٣)

الملعب :

مربع طول ضلعه ١٢ مترًا تقريبًا، يتخذ ركن منه قاعدة أمان، وتسمى الأركان الباقية القاعدة الأولى فالثانية فالثالثة بالترتيب . وفي داخل المربع عند منتصفه خط رمى يقف عنده الرامي .

الأدوات :

كرة تنس أو كرة قدم أو سلة أو كرة طائرة .

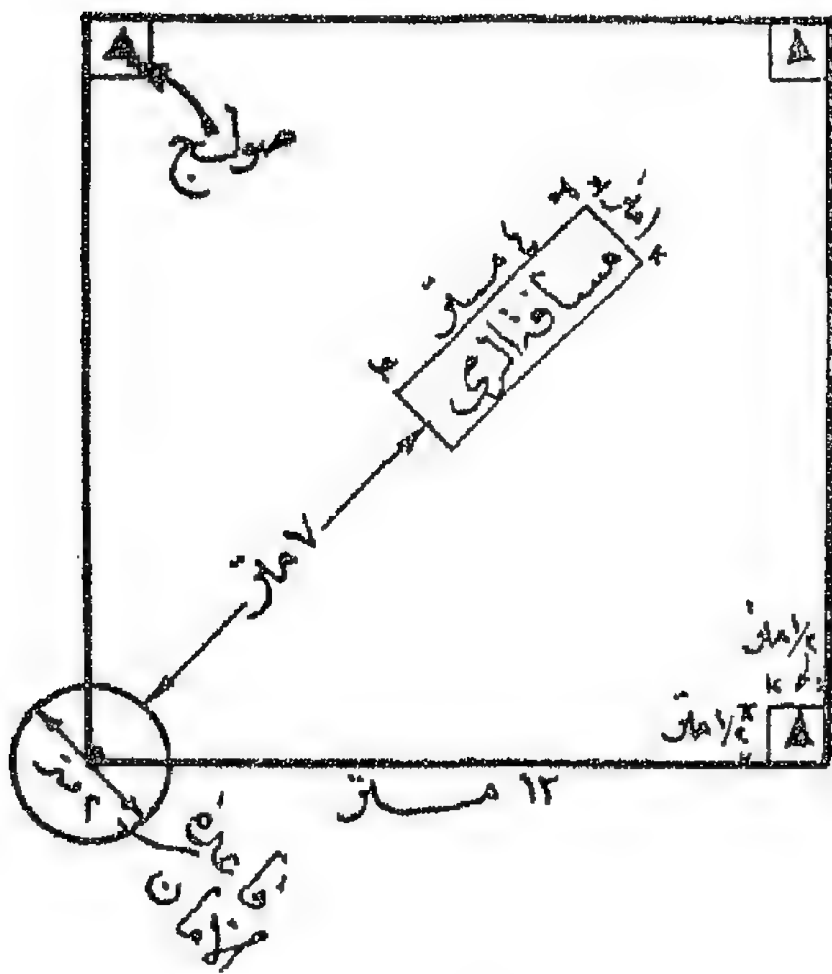
اللاعبون :

فريقان كل منهما من ٦ إلى ٩ لاعبين ، يسمى أحدهما الفريق "الرامي" ، ويكون من بين أفرادها لاعب رام يرمى الكرة من منتصف المربع ، ولاعب ماسك يقف في قاعدة الأمان ، وثلاثة لاعبين يقفون في القواعد. والزائدون من الفريق يقفون خارج الملعب وحوله لإعادة الكرة للعب إذا ما خرجت بعيدا عن الملعب ويسمى الفريق الثاني "الجارى" ويقف خارج الملعب ، ويسل لاعبيه واحدا بعد الآخر بالتناوب لقاعدة الأمان .

طريقة اللعب :

عند الإشارة يرمى الراعى الكرة بيده للاعب الماسك ، وفى نفس الوقت يحرى اللاعب الأول من الفريق الجارى حول المربع من قاعدة لأخرى بالترتيب حتى يعود لقاعدة الأمان . وعندما يلتصق الماسك الكرة يرميها بيده للاعب فى القاعدة الأولى ثم الثانية ثم الثالثة بالترتيب . فإذا أفلح فى ذلك قبل وصول اللاعب الجارى لقاعدة الأمان عد الأخير خارجا . وإذا لم يفلح احتسبت نقطة للفريق الجارى وحل محل اللاعب الجارى غيره . وهكذا حتى يأخذ كل واحد من الفريق دوره . ثم يتبادل الفريقان الأماكن .

١٨٥ - الصوابع في القواعد



(شکل ۱۰۴)

الملعب :

مربع طول كل ضلع فيه ١٢ مترا تقريبا ، وعلى كل ركن من أركانها قاعدة مربعة طول ضلعها نصف متر. وتتخذ قاعدة للأمان ترسم عندها دائرة قطرها متران. وفي داخل المربع الكبير عند منتصفه "مسافة الرمي" وهي مستطيل طوله ٤ أمتار وعرضه متر يبعد عن قاعدة الأمان بمقدار سبعة أمتار تقريبا .

الأدوات :

كرة قدم وأربعة صوارج يوضع كل منها داخل قاعدة .

اللاعبون :

فريقان كل منهما تسعة لاعبين (أو أكثر) ، أحدهما " الفريق الضارب " ويقفون بعيدا عن الملعب ويتناولون ضرب الكرة بالتناوب واحدا بعد الآخر . والفريق الثاني " فريق الملعب " وينتشر بعضه في الملعب ماعدا لاعبا ماسكا ويقف في النصف الخارجى من الدائرة ، وثلاثة لاعبين يقف كل واحد منهم في قاعدة . وواحد يقف في مسافة الرمى ويسمى " الرامى " .

طريقة اللعب :

يرمى الرامى الكرة باليد رمية سفلية بفرض إصابة الصوارج الموجود في قاعدة الأمان ، فيدافع عنه الضارب الأول من الفريق الآخر (الواقف في داخل الدائرة) بضرب الكرة بالقدم — عند ما تصل اليه — ضربة قوية ، ثم يجرى خارج المربع بدون توقف حول القواعد حتى يصل ثانية قاعدة الأمان .

ووظيفة أفراد فريق الملعب مسك الكرة بعد أن يضربها الضارب ورميها للاعب في القاعدة الأولى ، وهذا يرميها للاعب في القاعدة الثانية ثم الثالثة فاللاعب الماسك بالتتابع وبسرعة .

وعلى لاعب الملعب الواقف في القاعدة أن يوقع الصوارج بالكرة قبل أن يصل "الضارب" لقاعدته حتى يخرج الأخير من الملعب ، وإذا لم يفلح في ذلك فعليه أن يقيم الصوارج قبل أن يرمى الكرة لزميله في 'قاعدة' ثانية . ويحاول كل لاعب في قاعدة أن يخرج الضارب بهذه الطريقة . أما إذا تمكن من الوصول لقاعدة الأمان تحتسب لفريقه نقطة ، ويحل محله الضارب الثانى من فريقه . وهكذا حتى يأخذ كل واحد في الفريق الضارب دوره فيتبادل الفريقان الأماكن .

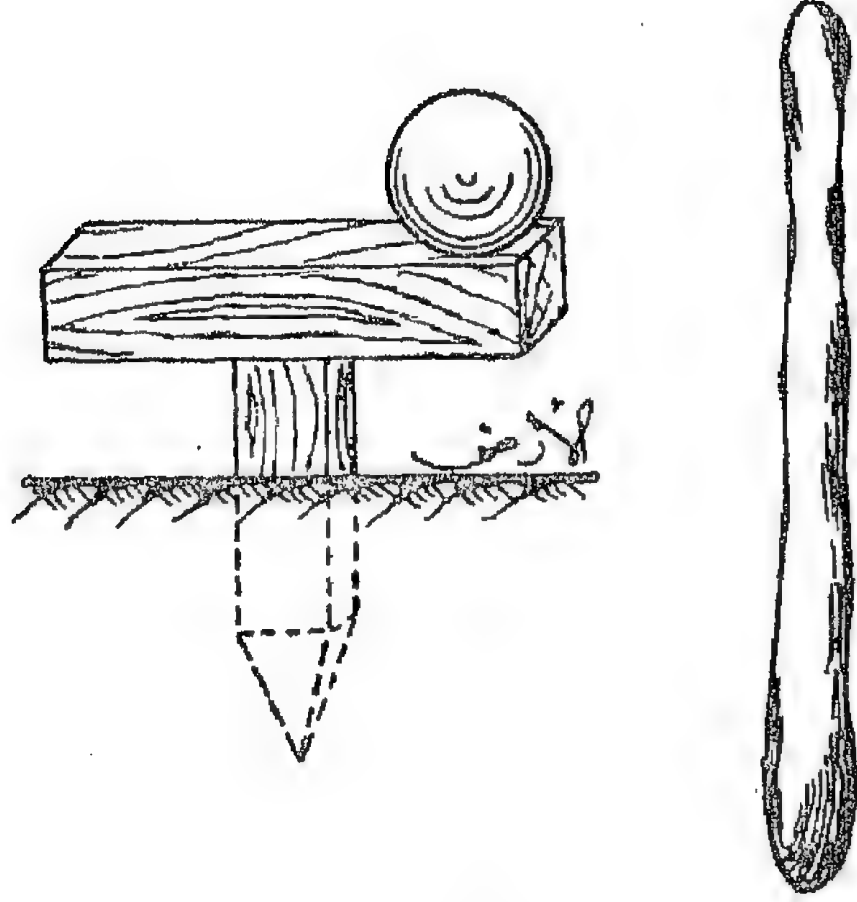
شروط اللعب :

- (١) لا يخرج الرامي عند رمي الكرة من المسافة المخصصة .
- (٢) يكون الرمي بحيث تصل الكرة أمام الضارب في الدائرة .
- (٣) لا يسمح للضارب بضرب الكرة بغير قدمه . ويستطيع أن يضربها في أى اتجاه بعد أن تنزل على الأرض أو بدون أن تصل الأرض .
- (٤) لا يسمح للاعب بعرقلة آخر . وفي حالة المخالفة تحتسب نقطة للفريق الآخر .

(٥) يعد الضارب خارجا (مغلوبا) :

- (أ) إذا أوقع الصوبج في قاعدة الأمان بنفسه أو أصابته الكرة فأوقعته .
- (ب) إذا تمكن أحد لاعبي فريق الملعب المنتشرين من لقف الكرة وهي طائرة بعد أن ضربها (بشرط ألا تقع على الأرض) .
- (ج) إذا ضرب الكرة فأوقعت صوبجا في أية قاعدة دون أن تلمس الكرة شخصا أو شيئا آخر أو أوقع صوبجا .
- (د) إذا لم يتمكن من ضرب الكرة بقدمه ثلاث مرات مع أن الرمية جيدة .
- (هـ) إذا تمكن اللاعب في القاعدة من إيقاع الصوبج في القاعدة بالكرة قبل أن يصل الضارب .
- (٦) تعطى للرامي ثلاث فرص لكي يرمى رمية جيدة . فإذا لم يفلح تعطى للفريق المضاد نقطة، ويستطيع فريقه أن يبدأ بغيره .

١٨٦ — كرة الملعقة



(شكل ١٠٥)

الملعب :

أى ملعب لكرة القدم أو الهوكي ، ويرسم فيه خطان بينهما عشرون مترا ، ويسمى أحدهما خط "فريق الضرب" والآخر "خط القاعدة" .

الأدوات :

(١) قطعة خشب قصيرة سمكية مدببة على شكل وتد توضع في الأرض عند خط فريق الضرب وسط دائرة قطرها متران ، ويوضع فوقها قطعة من الخشب مسطحة ، بها حفرة صغيرة في إحدى ناحيتيها توضع عليها الكرة . وتسمى هذه القطعة "بالمعلقة" ويمكن وضع المعلقة على حجر بدلا من الوتد .

(٢) كرة خفيفة ككرة التنس .

(٣) مضرب قصير طوله ٦٠ سم .

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكون من ١٥ إلى ٣٠ لاعبا أحدهما "فريق الضرب" ويقف خلف خط الضرب . ويدخل كل لاعب بدوره لضرب الكرة . والآخر "فريق الملعب" ويقف بعض لاعبيه مواجهين الضارب حول الدائرة في الجهة المقابلة له ، وينتشر الباقيون في أى مكان بالملعب .

طريقة اللعب :

يمسك اللاعب الأول المضرب ويضرب المعلقة لا الكرة ، والغرض من ذلك إرسال الكرة عالية في الهواء بضرب الناحية الحالية من المعلقة بالمضرب ، ويحاول أن يجرى إلى خط القاعدة ويعود ثانية قبل أن يتمكن لاعب مضاد من مسك الكرة ولمسه بها . فإذا تمكن الضارب من ذلك أو إذا مسكت الكرة بواسطة أحد أفراد فريقه فتحتسب نقطة لفريقه .

شروط اللعب :

(١) يمكن لكلا الفريقين أن يمسك الكرة ولا يجوز عرقلة اللاعبين عند محاولة لقف الكرة .

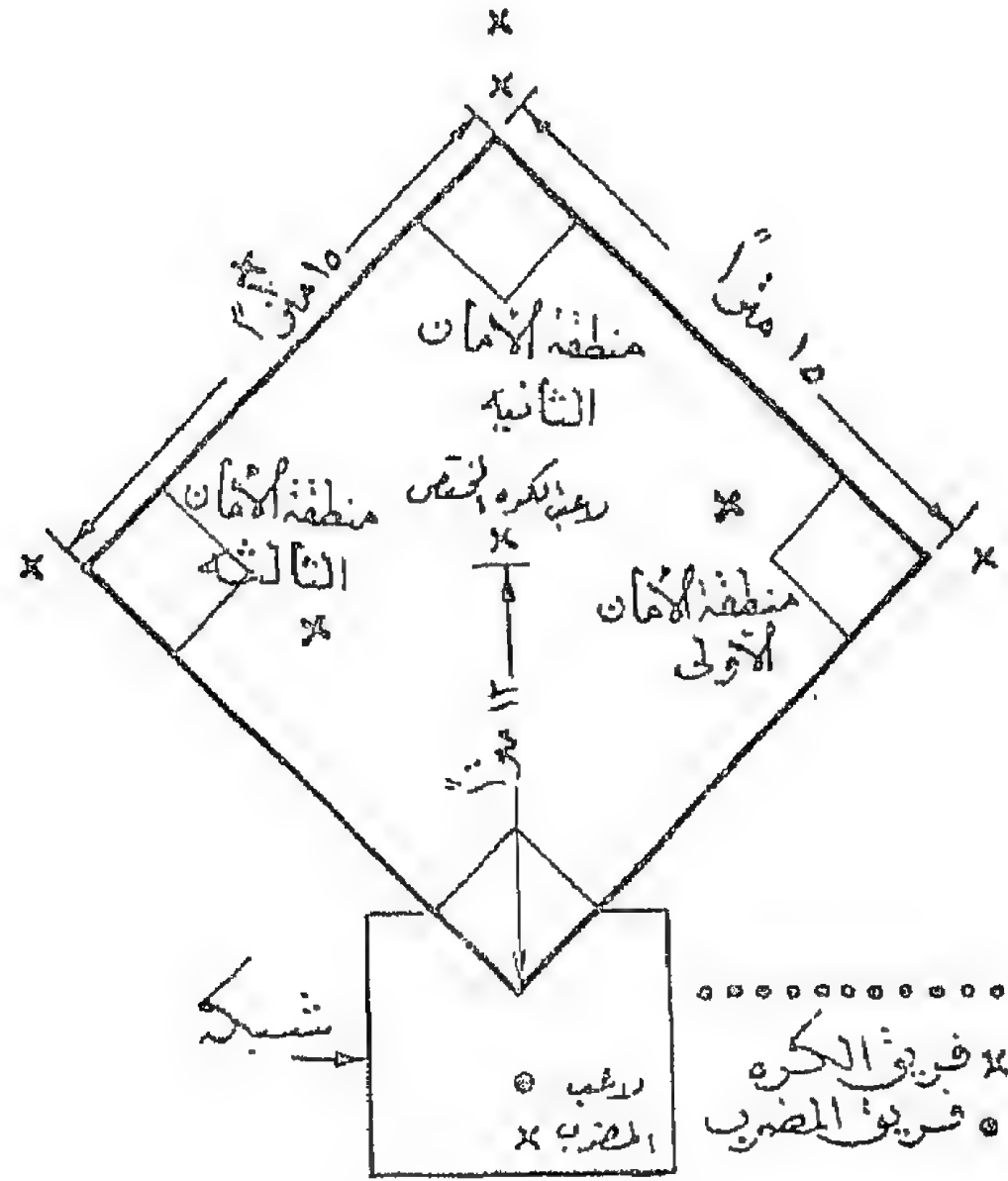
(٢) من الخطر أن يحاول أى لاعب من فريق المضرب الجرى في الملعب لمسك الكرة إذ أنه يعرض نفسه لأن يلمس بها ، حكمه في ذلك يحكم الضارب تماما . وإذا ضرب بالكرة فان هذا يجعل الضارب (حامل المضرب) من فريقه خارجا من الملعب .

(٣) إذا نزلت الكرة على الأرض فيمكن لأى لاعب مسكها والاستمرار في اللعب .

(٤) لكل ضارب بالمضرب محاولتان لضرب الكرة عالية .

(٥) عندما ينتهى جميع لاعبي فريق المضرب من دورهم يغير الفريقان أماكنهما .

١٨٧ — كرة القاعدة



(شكل ١٠٦)

الملعب :

مربع طول ضلعه ١٥ متر وفي كل ركن من أركانه "قاعدة" أي منطقة أمان مساحتها ٢ × ٢ متر .

الأدوات :

مضرب من الخشب يشبه العصا الغليظة طوله ٧٠ سم وقطره ١٠ سم وكرة من الجلد محشوة يبلغ وزنها ١٣٠ جراما ومحيطها ٣٠ سم .

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكون من عشرة لاعبين ، يستلم أحدهما الكرة ويسمى "فريق الكرة" وينتشر كل لاعبيه في الملعب داخل وخارج المربع ما عدا واحدا يقف في وسط المربع ويسمى "صائب الهدف" . أما الفريق الثاني فيستلم المضرب ويسمى "فريق المضرب" ويقف كل لاعبيه صفا بعيدا عن المربع .

طريقة اللعب :

يقف اللاعب الأول من فريق المضرب ومعه المضرب في قاعدة الأمان الأخيرة، ويرمى صائب الهدف الكرة عليه من منتصف الملعب، فيضربها اللاعب بالمضرب في أى اتجاه، ثم يرمى المضرب ويحمرى حول المربع حتى يصل لمكانه الأول دون أن يلمسه بها أحد من فريق الكرة أو يرمه بها. فإذا نجح في هذا تحتسب نقطة لفريقه.

أما فريق الكرة فيلحق لاعب منه بالكرة بعد ضربها بالمضرب، ثم يقصد لاعب فريق المضرب الذى يلف حول المربع للمسه وهو خارج منطقة الأمان — يمكن تمرير الكرة من لاعب لآخر من فريق الكرة لمحاولة لمس اللاعب الضارب بها أثناء الجرى — فإذا تمكن من ذلك يوقف اللاعب عن اتمام دورته ويعد خارجا.

وإذا حدث هذا لثلاثة لاعبين من فريق المضرب يوقف اللاعب، ويتبادل الفريقان أما كنهما ويسمى هذا شوطا.

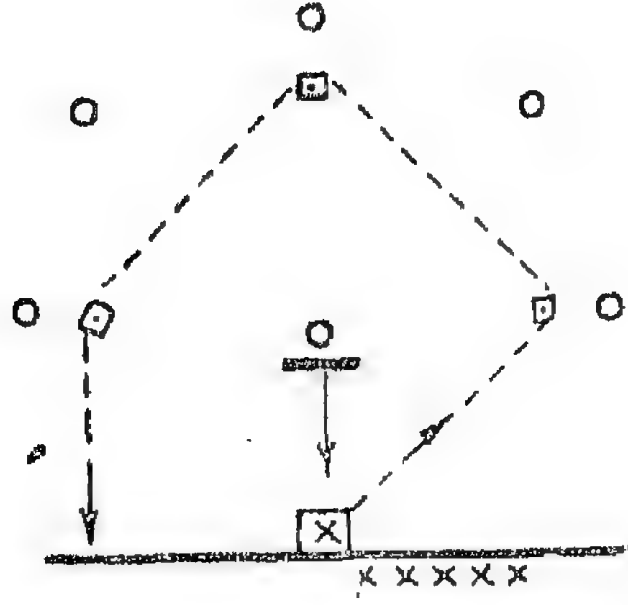
وتنتهى المباراة عقب الشوط السابع، وعندئذ يعتبر الفريق الحائز على أكبر عدد من النقاط فائزا.

شروط اللعب :

(١) لحامل المضرب ثلاث محاولات فقط لضرب الكرة عند ما يرميها له "صائب الهدف" ويجب أن يحمرى بعدها مباشرة حول المربع.

(٢) يمكن الوصول لقاعدة واحدة أو أكثر أثناء الجرى. ولكن يجب الانتقال منها إلى القاعدة التى تليها عند ما يضرب الكرة اللاعب التالى ويتحرك.

١٨٨ — الطواف الدائري



(شكل ١٠٧)

الملعب :

أية مساحة يرسم عليها مربع بثلاثة أضلاع فقط طول ضلعه ١٠ أمتار تقريبا . ويرسم في كل ركن من أركان هذا المربع قواعد، عبارة عن مربعات صغيرة طول ضلع الواحد منها متر واحد . ويرسم خط بعرض الملعب يرسم عليه عند تقابله مع ضلع المربع قاعدة مربعة لوقوف ضاربي الكرة داخلها . وعلى بعد مترين من هذه القاعدة يرسم خط طوله متران يقف خلفه رامي الكرة .

الأدوات :

كرة صغيرة وعصا خشبية مستديرة

اللاعبون :

من ١٠ إلى ٢٠ لاعبا يقسمون الى قسمين . أحدهما يقف خلف الخط ويسمى "فريق المضرب"، والآخر ينتشر في الملعب ويسمى الفريق "اللاقف". ويوزع عند كل قاعدة من القواعد المرسومة في أركان هذا المربع الكبير لاعب من الفريق اللاقف (انظر الشكل) ، وينتخب أيضا أحد لاعبيه للوقوف خلف الخط القصير المرسوم أمام قاعدة المضرب لرمي الكرة لحامل المضرب .

طريقة اللعب :

يدخل رقم ١ من فريق المضرب إلى القاعدة الخاصة بذلك ، فيرمى الكرة له اللاعب الواقف خلف الخط ، ويحاول الأول أن يضربها بالمضرب في أى اتجاه بالملاعب . وبعد ضربها يضع المضرب على الأرض ويجرى حول القواعد الثلاث من خلفها ، حتى يعود إلى الخط الواقف خلفه أفراد فريقه .

شروط اللعب :

(١) لمسك المضرب الحلق في ثلاث محاولات فقط لضرب الكرة وإلا عد خارجا .

(٢) إذا تمكن مسك المضرب من ضرب الكرة والجرى حول القواعد حتى يعود خلف الخط ، (قبل أن تلقف الكرة وتمرر إلى الثلاثة الأفراد الواقفين على القواعد في المربعات الصغيرة بالتوالى ثم إلى رامى الكرة) فإنه يحوز نقطة لفريقه .

(٣) إذا لقفت الكرة وصرت على الثلاثة الأفراد الواقفين على القواعد ثم إلى الرامى قبل وصول اللاعب الذى ضربها فإنه يعد خارجا ولا تحتسب لفريقه نقطة .

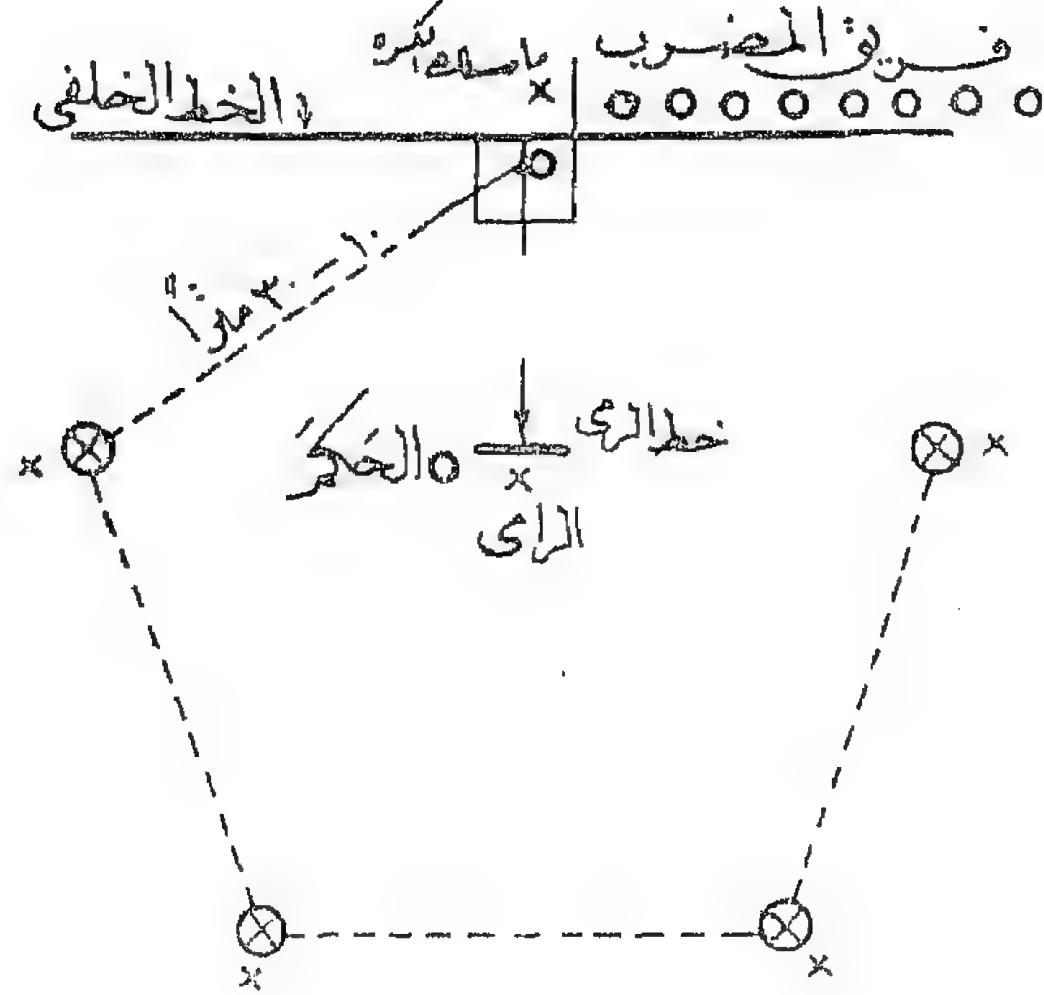
(٤) إذا تمكن ضارب الكرة من عمل هذه الدورة فيمكنه الاستمرار في اللعب بعد انتهاء أفراد فريقه حتى يخرج من اللعب .

١٨٩ — الطواف بالترير فوق الرأس

تشبه هذه اللعبة سابقتها ، غير أن الفريق اللاقف المنتشر في الملعب إذا لقف أحد أفراد الكرة (بعد أن يضربها أحد أفراد "فريق المضرب") فإن جميع أفراد الفريق (اللاقف) يجرون ويقفون خلف اللاعب الذى تلقف الكرة ، ثم تمرر الكرة من فوق رؤوسهم واحدا بعد الآخر حتى نهاية الصف .

فإذا تمكن ضارب الكرة من عمل دورته ، والعودة إلى خط الأمان قبل أن تمرر الكرة بالطريقة التى شرحت فإنه يحوز نقطة لفريقه .

١٩٠ - الطواف



(شكل ١٠٨)

الملاعب :

مخمس ناقص ضلعا. وطول الضلع الواحد فيه من ١٠ إلى ٣٠ مترا تقريبا. وترسم دائرة في كل ركن من أركان المخمس. فيكون عددها أربع دوائر وتسمى "قواعد". ويكون قطر الدائرة مترا تقريبا. وتعطى أرقام سلسلة لهذه القواعد وترسم "قاعدة الضرب" بشكل مربع طول ضلعه متران على الخط الخلفي المرسوم في الملاعب والذي يقف خلفه "فريق المضرب". ويرسم أمام "قاعدة الضرب" خط طوله مترواحد مواز للخط الخلفي وعلى بعد ستة أمتار تقريبا منه ، ويسمى "خط الرمي".

الأدوات :

كرة تنس ومضرب طوله ٦٠ سم وعرض الجزء الخاص بالضرب ١٠ سم تقريبا (ويمكن الاستعاضة عنه باليد) وعصا طولها متر في كل قاعدة .

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكون من ٩ إلى ١٥ لاعبا. ويسمى أحدهما "فريق المضرب" ويقف خلف الخط الخلفى المرسوم فى الملعب والآخر "فريق الملعب" وينتشر فى الملعب ، وينتخب لاعب منه لرمى الكرة ويسمى "الراى" ، وخمسة لاعبين للوقوف بجانب القواعد .

الغرض من اللعبة :

الجرى دورات كاملة حول القواعد . فإذا نجح اللاعب فى إتمام دورة كاملة حول القواعد كلها بدون توقف فإنه يحصل على أربع نقط لفريقه . وأما إذا أتم دورة متقطعة حول القواعد فتحتسب نقطة واحدة لفريقه .

طريقة اللاعب :

يقف اللاعب الأول من "فريق المضرب" داخل "قاعدة الضرب" . ويقف "الراى للكرة" خلف خط الرمى . ويقف الحكم على الجانب الأيسر للراى .

يرمى الراى الكرة رمية سفلية بحيث تصل الضارب فوق الركبة وتحت الكتف أى فى متناول يده ، لضربها بالمضرب ، على ألا يتخطى الراى خط الرمى أثناء رمى الكرة وإلا احتسبت الرمية رديئة . فينادى الحكم "كرة غير محتسبة" . وإذا رمى الراى ثلاث مرات برداءة فالضارب الحق فى الانتقال إلى القاعدة الأولى . وكذلك ينتقل اللاعبون الآخرون الواقفون على القواعد الأخرى قاعدة واحدة بالمثل .

ويقف ماسك المضرب بجسمه كله فى منتصف القاعدة حتى ترمى له الكرة . فإذا كانت الكرة جيدة وضربها فإنه يرمى المضرب على الأرض ، ويجرى للقاعدة الأولى . ويمكنه أن يستمر فى الجرى للثانية والثالثة والرابعة حول القواعد من الخارج قبل أن يعيد فريق الملعب الكرة ثانية للراى ، ثم يليه ضارب آخر .

شروط اللعب :

(١) يجب على الضارب أن يلمس كل قاعدة عند وصوله لها قبل أن يلمسها لاعب من فريق الملعب بالكرة وهي في يده ، وإلا اعتبر خارجا من اللعب .

(٢) إذا ضرب الضارب الكرة ولقفها لاعب من الفريق المضاد دون أن تنزل الأرض فإن الضارب يعد خارجا .

(٣) إذا وقف ضارب عند قاعدة ولحقه الضارب التالى من فريقه على نفس القاعدة فإن الأول يعد خارجا .

(٤) تعتبر الكرة " ميتة " ولا يسمح للضارب بإتمام الجرى حول القواعد إذا مسك لاعب من فريق الملعب الكرة وربما للراعى . وعلى الجارى أن يقف عند آخر قاعدة لمسها .

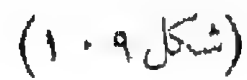
(٥) إذا تسبب لاعب مضاد فى عرقلة لاعب من فريق المضرب أثناء جريه نحو إحدى القواعد فللضارب الحق فى الذهاب إلى القاعدة .

(٦) إذا ضرب الضارب الكرة وخرجت خلف الخط الخلفى فيعتبر اللاعب خارجا عن اللعب .

(٧) إذا خرج لاعب من فريق المضرب من اللعب فإنه يقف خلف الخط الخلفى ، ويبقى خارجا من اللعب حتى نهاية الشوط . إلا إذا تمكن لاعب من فريقه أن يقوم بدورة كاملة بدون توقف حول القواعد كلها ، وبذا يكون للاعب الخارج حق الدخول والاشتراك فى اللعب ثانية .

(٨) قد يقف الضارب على القاعدة الرابعة حتى تضرب الكرة ثانية ليعود خلف الخط الخلفى فلا يعتبر خارجا من اللعب أثناء انتقاله إلى هذا الخط .

(٩) بعد أن يأخذ كل ضارب دوره يتبادل الفريقان الأماكن .



يرسم خط بعرض الملعب يسمى خط القاعدة ، يوضع أمامه وعلى بعد ٢٠
أو ٣٠ مترا منه قائم ، كما يرسم عليه مربع طول ضلعه ١٥ مترا . وتوضع على ثلاثة
من أركانه أعلام ، وتسمى القواعد الأولى والثانية والثالثة . ويوضع أمام القاعدة
الثالثة على خط القاعدة علم رابع .

كرة قدم ، وتائم ارتفاعه نحو مترين ونصف متر ، أعلاه حلقة كهدف كرة السلة أو كرة الشبكة . وأربعة أعلام .

فريقان عدد كل منهما من ٩ إلى ١٢ لاعبا . ويكون أحد الفريقين " فريق الكرة " ويقف في صف خلف خط القاعدة . ويكون الفريق الثاني " فريق الملعب " ويتشرف في الملعب ، ماعدا واحدا منهم يختارونه لرمى الكرة ويسمى " الرامي " ويقف خلف خط القاعدة مواجهها فريق الكرة وبينهما مسافة قدرها ٥ أمتار ، وآخر يسمى " صائب الهدف " يقف خارج القواعد على بعد ١٣ مترا من القائم ، وهو يغير بعد كل دورة . ويعطى لكل لاعب من الفريق رقم .

الغرض من اللعبة :

أن يصيب فريق الملعب الهدف أكبر عدد ممكن من الإصابات في أثناء دورة لاعب فريق الكرة حول الثلاث القواعد .

ويلاحظ أن فريق الملعب في هذه اللعبة هو الذى يحصل على نقط .

طريقة اللعب :

رامي الكرة : يرمى الرامي الكرة للاعب الأول من فريق الكرة ، على شرط أن تكون سفلية (من تحت لفوق) وعلى ارتفاع بين ركبتيه وكتفه . فيضربها هذا بكفه في أى اتجاه في الملعب أمام خط القاعدة. ويجرى حول الملعب بسرعة مارا خارج القواعد الثلاث ، ثم يعود لخط القاعدة عند العلم الرابع . وفي أثناء جريه يحاول لاعبو فريق الملعب مسك الكرة وتميرها لصائب الهدف . فيبدأ حينئذ الرمي على الهدف عدة مرات حتى ينتهى الضارب من المرور حول القواعد والعودة إلى خط القاعدة وهنا ينادى الحكم ”قف“ .

بعد ذلك تمرر الكرة مباشرة إلى رامي الكرة ليرميها للضارب رقم ٢ . ويأخذ رقم ٢ من فريق الملعب مكانه عند الهدف . وتمرر له الكرة بعد ضربها من اللاعب التالى .

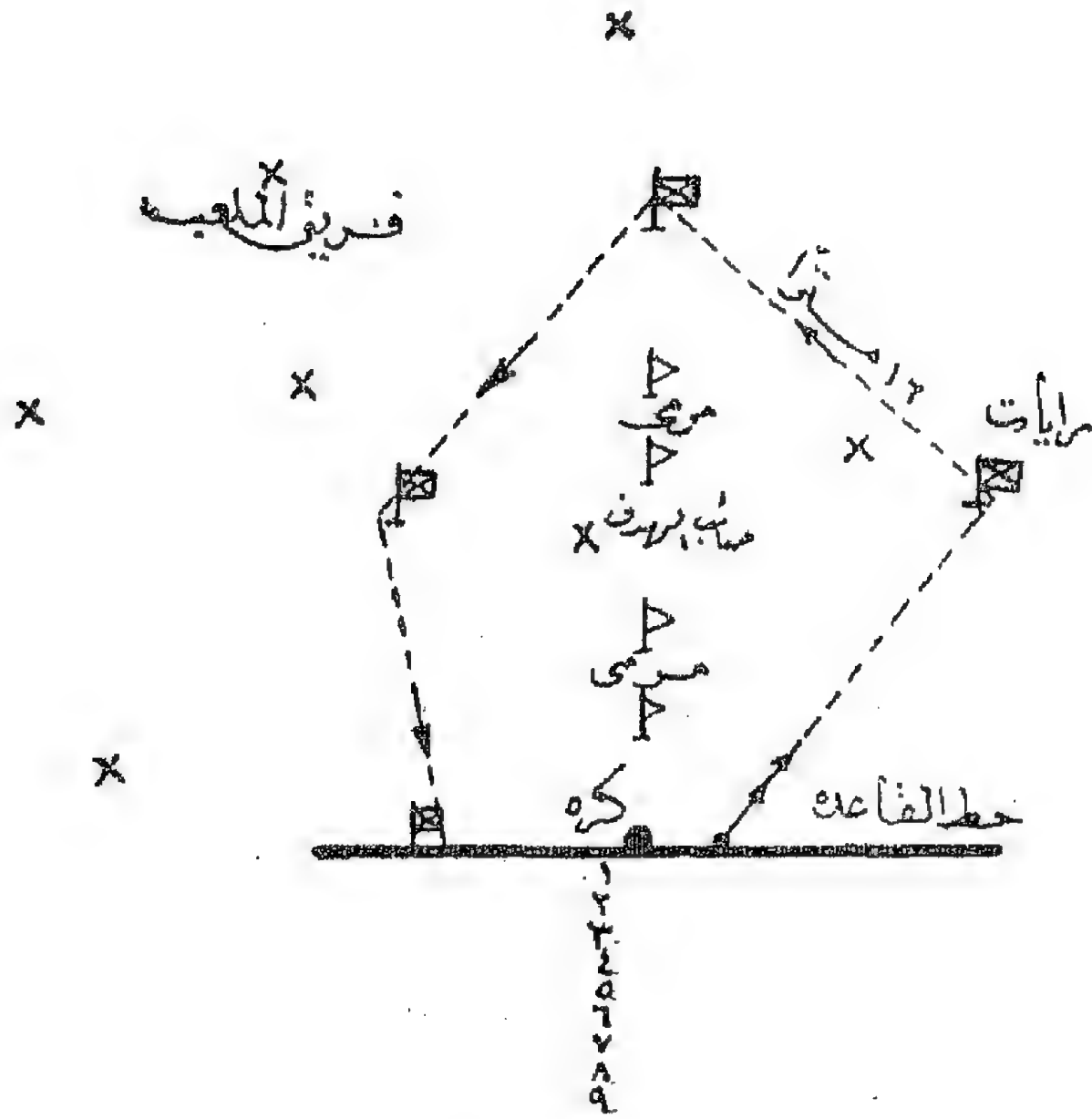
وتستمر اللعبة حتى يأخذ كل دوره في الرمي على الهدف أو ضربها باليد ثم يغير الفريقان مكانهما .

ويعتبر الفريق فائرا إذا أحرز أكبر عدد من الإصابات على الهدف .

شروط اللعب :

- (١) يكون ضرب الكرة باليد المفتوحة أمام خط القاعدة .
- (٢) تكون رمية الراعى للضارب في متناوله حتى يتمكن منها ويضربها . وإذا حاول مراوغته برميها عاليا جدا أو بعيدا عنه وتكرر منه ذلك ثلاث مرات تخضع من فريقه نقطة . ويستطيع فريقه وضع لاعب آخر مكانه .
- (٣) إذا دخلت الكرة الحلقة بعد وصول الضارب خط القاعدة فلا تحتسب .

١٩٢ — الكرة الطوافة



(شكل ١١٠)

الملعب :

تحتاج هذه اللعبة للملعب متسع به مربع منحرف قليلا ، طول كل ضلع فيه ١٦ مترا تقريبا ، وعلى كل ركن من أركانه علم . وبداخله في المنتصف مربعان يبعد أحدهما عن الآخر مسافة قدرها ٨ أمتار إلى ١٥ مترا . وعلى طرفي كل مربع علمان يتبعدان مسافة مترين . وعلى بعد نصف متر من المربع خط يسمى خط القاعدة .

الأدوات :

كرتان للقدم أو الهوكي وثمان أعلام أو عصي . وعند استعمال كرة هوكي يعطى لكل فرد من فريق الملعب عصا هوكي .

اللاعبون :

فريقان عدد كل من ٨ إلى ١٢ لاعبا ، يسمى أحدهما "الفريق الضارب" ويقف خلف القاعدة ، ويسمى الفريق الثاني "فريق الملعب" وينتشر في الملعب حول المربع من الخارج ، ما عدا واحدا "صائب الهدف" فيقف بين المرميين . ويعطى لكل لاعب من الفريقين رقم خاص عند ابتداء اللعب .

طريقة اللعب :

توضع كرتان على خط القاعدة قريبا من ركن المربع . ويتقدم اللاعب الأول من "الفريق الضارب" ويضرب إحدى الكرتين بقدمه (أو بعصا الهوكي) بقوة في أى اتجاه في الملعب أمام خط القاعدة . ثم يضرب الكرة الثانية بقدمه (أو بعصا الهوكي) عدة مرات جاريا بها حول المربع . وتحتسب له دورة كاملة عندما يصل بالكرة (الثانية) إلى خط القاعدة عند مكان الابتداء .

وفي نفس وقت ابتداء اللعب يقف رقم (١) من فريق الملعب ويسمى "صائب الهدف" بين المرميين . وينتشر الباقيون في الملعب كما ذكر آنفا . وتكون مهمتهم إرجاع الكرة الأولى التي ضربت أولا بسرعة إلى اللاعب المختص "صائب الهدف" . (إرجاع الكرة يكون بالجرى وراءها وإيقافها ورميها باليدين للاعبين المنتشرين في الملعب حتى تصل لصائب الهدف . ويمكن استخدام الرأس أو القدم في ذلك . وإذا استعملت عصا الهوكي فتستعمل القدمان لإيقاف الكرة) . وعندما يحصل اللاعب على الكرة يضعها على الأرض ويجرى بها من مرمى لآخر بالتبادل محاولا إصابة المرمى أكبر عدد من المرات قبل أن يكمل لاعب الفريق الضارب دورته حول المربع .

ثم تعطى الكرتان لرقم ٢ من الفريق الضارب ويدخل رقم ٢ من فريق الملعب داخل المربع بين المرميين، بينما يخرج رقما (١) من الفريق الضارب وفريق الملعب ويأخذان مكانى رقمى (١) من نفس الفريق .

شروط اللعب :

(١) تحسب عدد إصابات المرمى لكل فريق. ويعتد الفريق الذى يمحوز على أكبر عدد من الإصابات فائزا. ويلاحظ فى هذه اللعبة أن فريق الملعب هو الذى تعتد له الإصابات .

(٢) لا يجوز للاعب ” الفريق الضارب “ أن يضرب الكرة الثانية إلا إذا ضربت الأولى أمام خط القاعدة .

(٣) تكمل ١ ورة عندما يهبط اللاعب بالكرة خط القاعدة .

(٤) لا يجوز للاعب من فريق الملعب مساعدة صائب الهدف فى الجرى بالكرة وإصابة الأهداف. وإن حدث هذا تخضع نقطة من فريق الملعب .

(٥) لا تحسب الإصابة إلا إذا دخلت الكرة المرميين واحدا بعد الآخر. وبدخولها المرميين مرة تعطى نقطة للفريق .

(٦) تكون مهمة فريق الملعب تسجيل عدد الإصابات .

(٧) يحوز لاعبي الملعب المنتشرين فيه أن يَمُرُّوا الكرة فيما بينهم حتى تصل بسرعة لصائب الهدف، وذلك فى أثناء جرى اللاعب من الفريق الضارب .

(٨) لا يجوز للاعب من فريق الملعب عرقلة لاعب من الفريق الضارب أثناء جريه بالكرة. ويخصم الحكم أربع نقط إن حدثت مخالفة لهذا .

(٩) ينير الفريقان مكانيهما عند ما ينتهى كل الفريق الضارب .

١٩٣ — لعبة الخماسيات

الملعب :

حائطان جانبيان وآخر أمامي فقط . وتكون أرضية الملعب من الأسفلت .
ويُرسَم خط بالعرض على الحائط الأمامي يرتفع عن الأرض ١٣٥ سم . ويرسم
خط عمودي على نفس الحائط طوله ١١٠ سم من الركن الأيمن للحائط .

الأدوات :

كرة خاصة من المطاط المضغوط مغطاة بجلد أبيض . ويلبس اللاعبون عادة
قفازات لهذا الغرض .

اللاعبون :

تلعب هذه اللعبة بلاعبين أو أربعة لاعبين فقط .

طريقة اللعب :

على رامي ضربة البداية ألا يرسل كرة لا يمكن إرجاعها ، بل يجب أن يضربها
بنخفة على الحائط الأمامي فوق الخط ، لتنزل وتنط وترتد في الحائط الأيمن ، ثم تنزل
على الأرض . ويمكن للمستلم أن يرفض أية كرة لا تعجبه ، وإذا فشل في إعادة الكرة
فوق الخط فلا تحتسب هذه الضربة . وإذا أعيدت الكرة بعد ضربة البداية
بواسطة المستلم يستمر اللعب بين اللاعبين كل بدوره . وهذا يسرى في اللعب الفردي .

أما إذا كان اللعب زوجيا وخرج الرامي الأول لضربة البداية بسبب الخطأ
فيدخل بعده لضربة البداية اللاعبان المضادان ، واحدا بعد الآخر ، ثم يتبع ذلك
كلا اللاعبين من الفريق الأول كل بدوره أيضا وهكذا .

وبعد ضربة البداية يجب على أحد اللاعبين المضادين إعادتها للحائط الأمامي .
ويمكن لعب الكرة وهي في الهواء أو بعد أن تنط مرة واحدة ، ولكنها يجب أن
تضرب الحائط الأمامي بعد إرجاعها قبل أن تلمس الأرض .

ولا تلعب الكرة إذا لمست اللاعب أو زميله . ويوقف اللعب إذا لقف الكرة اللاعب ويبدأ من جديد بضربة بداية . أما إذا ضربت الكرة في جسم زميل فتحسب نقطة ضده .

إذا حجب لاعب لاعبا مضادا عن ضرب الكرة لاعادتها ، فإذا كان ذلك غير مقصود تؤخذ ضربة البداية ثانية بدون توقيع عقوبة . وأما إذا كان ذلك مقصودا فتحسب النقطة ضد اللاعب الذي تعمد ذلك . وإذا حجب زميل زميله الآخر عن ضرب الكرة وإعادتها فتحسب نقطة ضدهما .

الإصابات :

يحوز ضارب البداية على نقطة إذا فشل المستلم في إعادة الكرة . وضارب البداية هو الذي يحصل على نقطة لفريقه . وإذا فشل يعدّ خارجا من اللعب .

والفريق الذي يحوز على ١٥ نقطة أولا يعدّ فائزا ، وإذا وصل كلاهما لعدد من النقط مجموعها ١٣ نقطة فيستمر اللعب لثلاث نقط أخرى أو خمس ، وإذا وصلت النقط إلى ١٤ للكل ، فيستمر اللعب لثلاث نقط فقط .

القسم الخامس

ألعاب شعبية

ألعاب شعبية

١٩٤ — صيد السمك

الملعب :

الملعب محدود وتبلغ مساحته ١٠ × ٢٠ مترا تقريبا .

الأدوات :

كرة صغيرة من القماش أو الكاوتشوك .

اللاعبون :

ينقسم اللاعبون الى فريقين : فريق يسمى " السمك " ويتشرف في الملعب ،
والآخر يسمى " الصيادون " ويقفون خارج الملعب على حدوده .

طريقة اللعب :

يرمى أحد الصائدين الكرة داخل الملعب محاولا أن يضرب بها سمكة أو أكثر .
فيهرب السمك من مكان لآخر في الملعب ، ومن يلمس بالكرة يعد خارجا . وفي نفس
الوقت يتناول الكرة أحد الصيادين ويرميها بسرعة على السمك . وهكذا يستمر اللعب
حتى يخرج جميع السمك . وعندئذ يغير الفريقان مكانيهما .

١٩٥ — صيد الحمام

اللاعبون :

فريقان أحدهما " الحمام " والثاني الصيادون .

طريقة اللعب :

ينقسم اللاعبون الى فريقين ، فريق مطارد وهو الحمام ، والآخر مطارد وهم الصيادون . ويحاول الصيادون صيد الحمام بمطاردة اللاعبين ومسكهم . ومن يمسك يوضع في مكان يسمى " الأم " . فاذا مسك جميع أعضاء الفريق المطارد غير الفريقان مراكرهما .

ملاحظة : يستطيع لاعبو فريق الحمام غير المسوكن لمس زملائهم المقبوض عليهم وبذا يعدون أحرارا ويمكنهم الاشتراك في اللعب ثانية .

١٩٦ — " حبة ملح "

يقف اللاعبون في دائرة كبيرة ماعدا واحدا منهم هو " الشحاذ " ، فيدور على كل الموجودين قائلا لكل منهم " حبة ملح " ، فيرد عليه " عند الجارة " . فيذهب إلى الجار ويكرر الطلب ويكرر الجار الرد وهكذا . وفي أثناء ذلك يتفق لاعبان (أو أكثر) بالإشارة الخفية على تبادل مراكرهما في الدائرة . فيجري كل منهما مكان الآخر . ويحاول الشحاذ أخذ مكان أحدهما قبل أن يصل إليه اللاعب . فان لم يستطع استمر شحاذ . وإن تمكن من ذلك يصبح اللاعب شحاذ وهكذا تستمر اللعبة .

١٩٧ — " كيكي على العالي "

يقف اللاعبون كلهم على أشياء مرتفعة عن الأرض ماعدا واحدا هو " المساك " . ويتحدى اللاعب بأن ينزل اللاعبون كلهم أو معظمهم من فوق المكان العالي . فيجري المساك خلف أحدهم محاولا لمسه . فان استطاع أن يلمسه قبل أن يقف على شيء عال عن الأرض ، صار هذا الشخص الملموس مساكاً ، وإن فشل يستمر المساك مساكاً .

١٩٨ — ”الشعب فات فات“

يجلس جميع اللاعبين في دائرة، متجهين نحو المركز ماعدا واحدا، يأخذ مندبلا ملفوفا ومعقودا من الوسط، ويجرى خلف الدائرة وهو يصيح ”الشعب“، فيردون عليه بقولهم ”فات فات“. فيقول ”وديله“، فيردون ”سبع لفات“. وهكذا يكررون ذلك. وفي أثناء ذلك يسقط الشعب مندبيله خلف أحدهم دون أن يشعره بذلك. ويستمر في جريه فإن أكمل دورة كاملة أى إذا رجع إلى مكان المندبل مرة أخرى، ولم يكن اللاعب قد أحس بأن المندبل خلفه، فإن الشعب يتناول المندبل ثانية ويضربه به بينما يجرى الآخر أمامه حول الدائرة هربا منه حتى يصل مكانه مرة أخرى فيتركه وهكذا.

ولكن إذا تنبه اللاعب إلى المندبل فإنه يتناوله، ويجرى خلف الشعب لضربه به. ويجرى الشعب إلى المكان الذى خلا بقيام اللاعب ويجلس فيه. وبذلك يصير هذا الشخص ثعلبا وتستمر اللعبة.

١٩٩ — القطة والفأر

يقف اللاعبون في دائرة. ويختار منهم لاعبان يمثل أحدهما القطة والآخر الفأر. ثم تحاول القطة مطاردة الفأر داخل وخارج الدائرة.

طريقة اللعب :

تنادى القطة : اخرج وإلا أكلك .

فيجيب الفأر : تعالى كلينى .

ثم تبدأ المطاردة . فيحاول اللاعبون الذين حول الدائرة فتح ثغرات للفأر ، ومنع القطة من الدخول أو الخروج برفع أيديهم لأعلى أو خفضها لأسفل كما يشاءون. وإذا أفلحت القطة فى مسك الفأر فييران معا أو ينتخب غيرهما .

ويشترط ألا تتقدم القطة والفأر نحو الدائرة بقدم مرفوعة عاليا .

٢٠٠ — حجر دار

يجلس اللاعبون في دائرة ماعدا ثلاثة أو أربعة يجرون حول الدائرة في اتجاه واحد . ويسمى كل منهم في لمس أو ضرب أحد الجالسين ، الذين يحاولون بدورهم وهم جلوس مسك اللاعبين في أثناء الجرى . ومن يمسك يعد مغلوبا ويجلس في الدائرة ويحل محله من مسكه .

٢٠١ — ”كله كى” . . . مين يانحى

يبحثو أحد اللاعبين لاختفاء وجهه في حجر رئيس الفريق . ثم يأتى باقى اللاعبين فردا فردا ، ويضع كل بدوره يده على ظهر اللاعب الجائى قائلا ”كله كى” فيرد عليه ”مين يانحى” . . . فلان” محاولا معرفته من صوته . فإذا نجح أصبح اللاعب الجائى حرا ، وحل الأخير مكانه . أما إذا فشل في معرفته فيستمر باقى الأفراد في المرور عليه ، حتى إذا ما انتهوا ولم يعرف أحدهم ، اختبأوا كلهم في أماكن مختلفة . وبعد ذلك ينادى الرئيس ”أين فلان” فإذا عرف الجائى مكانه صاح الرئيس ”فلان . . فرخه” . وإذا لم يعرفه صاح قائلا ”فلان . . ديك” . وهكذا ثم يُختار من بين المغلوبين واحد للبحث .

٢٠٢ — ”انزل ياعم . . اركب ياخال

اللاعبون :

يقسم اللاعبون إلى فرق . تتكوّن كل منها من أربعة لاعبين ، بحيث أن كل اثنين يكونان زميلين ، والاثنان الآخران غريبين لهما .

طريقة اللعب :

يتفق كل زوجين في فرقة على عدد مرات الجرى حول الزوجين الآخرين مع المناداة . ثم يأخذ كل زميلين وضع الانحناء ، ويقف أحدهما أمام زميله . بينما يركب أحد الغريبين فوق ظهر واحد منهما ، ثم يأخذ الغريم الثانى شقيقا عميقا ويجرى في دائرة حول الزميلين قائلا ”طأ الحلاوه . . زن” ويمد في نون الكلمة

الأخيرة طوال مدة جريه . وتحسب عدد مرات اللف . فإن أتم العدد المتفق عليه نادى قائلا ” انزل يا عم “ ، فيرد زميله وهو نازل ” اركب يا خال “ . فيركب الآخر ، ويبدأ الأول الجرى مع النداء . وهكذا يستمران فى الركوب والتزول مع الجرى والنداء ، حتى إذا ما أخفق أحدهما فى عدد مرات الجرى المتفق عليها وتقطع نفسه ، عد وزميله مغلوبين . فيتبادلان الأماكن مع الزوج الثانى . وتبدأ اللعبة من جديد .

٢٠٣ — ” أنا الغراب الخطاف “

يقسم اللاعبون إلى قسمين ، ويقفون فى قاطرتين متقابلتين ، وتتحرك القاطرتان جانبا فى اتجاهين متضادين . وينادى رئيس أحد الفريقين ” أنا الغراب الخطاف أخطف وأروح الصفصاف “ . فيرد عليه الرئيس الثانى ” أنا أبوهم وحاديهم . وإن عشت أريهم “ . ثم يحاول الرئيس الأول لمس أحد أفراد الفريق الثانى . ومن يلمس يخرج من اللعب ويقف بجوار حائط ، وهكذا حتى يلمسوا جميعا . وبعد ذلك ينقلهم رئيس الفريق الثانى واحدا واحدا على ظهره إلى مكان معين كعقاب له . ثم يغير الفريقان مكانيهما .

٢٠٤ — يا عم يا جمال

يقف التلاميذ فى قاطرة كل خلف الآخر فى وضع الجثو مع ثنى الجذع أماما وسند الجهة على اليدين . ويقف لاعب أمامهم مناديا ” يا عم يا جمال سرقوا لك جمالك “ . فيرد اللاعب الأول وهو ” الماسك “ قائلا ” سيفى تحت رأسى ولا أصدق كلامك “ .

فيشير اللاعب الواقف إلى بقية اللاعبين فى القاطرة (ماعدا الدليل) بالجرى والاختباء فى أى مكان . ويحاول ” الماسك “ أن يبحث عنهم ليمسك أى لاعب منهم . فإذا أفلح فى ذلك يصير اللاعب المسوك ” ماسكا “ وتستمر اللعبة .

٢٠٥ - المجل

الملعب :

مستطيل طوله ٤٠ مترا وعرضه ٣٠ مترا .

اللاعبون :

فريقان أحدهما فريق الملعب وينتشر فيه . والآخر فريق المجل ويقف خارج الملعب .

طريقة اللعب :

يتقدم أحد لاعبي فريق المجل قائلا " خلى بالك " . فيستعد اللاعبون . فيندفع حاجلا على قدم واحدة محاولا لمس أى عدد من الفريق المضاد ، ومن يلمس يقف خارج الملعب ، ويستمر كذلك حتى يتعب هذا اللاعب فيتقدم زميل له ويكرر العمل ، حتى يأخذ كل شخص من الفريق الحاجل دوره ، فان كان فريق الملعب قد لمس بأجمعه غير الفريقان مكانيهما ، ولكن إذا بق أحدهم دون أن يلمس فإن اللعب يتبدئ مرة أخرى مع بقاء الفريق المنتشر منتشرا والحاجل حاجلا .

شروط اللعب :

(١) إذا لمس جميع أعضاء الفريق المنتشر ببعض لاعبي الفريق الحاجل فلا لزوم لمجل الباقيين بل تبتدئ المباراة ثانية بتغيير أماكن الفريقين .

(٢) الشخص الذى يتخطى حدود الملعب يعد خارج اللعب ، سواء أكان حاجلا أم من المنتشرين فى الملعب .

٢٠٦ — ”صلح“

عدد اللاعبين :

من ٣ إلى ٦ لاعبين .

طريقة اللعب :

يقف أحد اللاعبين وظهوره تجاه اللاعبين الآخرين ، ويضع يده اليمنى بجانب عينه اليمنى بحيث تمسح ما خلفها ، ويضع يده اليسرى تحت إبطه الأيمن بحيث تكون راحة اليد للخارج . ويقف اللاعبون خلفه . ثم يضربه أحدهم خفيفاً على راحة يده . وفي نفس الوقت وبسرعة يرفع الجميع أصابعهم السبابة ومعهم الضارب . فياقت اللاعب الذي ضرب للاف ويحاول أن يعين الذي ضربه . فان نجح أخذ الشخص الذي ضرب مكان المضروب وتستمر اللعبة .

ويستطيع اللاعب أن يغير وضع يديه فيضع يده اليسرى بجانب عينه اليسرى .

٢٠٧ — ”عسكر وحرامية“

اللاعبون :

ينقسم اللاعبون الى فريقين فريق الجند ”العسكر“ وهم المطاردون . وفريق اللصوص ”الحرامية“ وهم المطاردون .

طريقة اللعب :

ينتشر اللصوص في أنحاء الحى الذى يلعبون فيه حول نقطة معينة تسمى نقطة الأمان ”الأم“ . ويبقى الجند عند نقطة الأمان . وبعد قليل من الزمن ينادى رئيسهم قائلاً ”خلاص“ . فيبدأ الجند فى البعث عنهم ومطاردتهم ومن يقبض عليه من اللصوص يؤخذ إلى نقطة الأمان حيث يوجد حارس من الجند . وفى أثناء هذه الحراسة قد يحضر أحد أفراد اللصوص ويفك أسر زميله بمجرد لمسه ، على أن هذا اللاعب الأخير لا يعتبر حراً إذا لمسه جندي عقب تحريره وإذا أصبح اللص حراً فله الحق فى تحرير غيره من الأسرى وتنتهى اللعبة بمجرد إلقاء القبض على جميع اللصوص وهنا يتبادل الفريقان الموقف .

٢٠٨ — "ابونا ضربونا"

وتسمى اللعبة أيضا "عجرونا يا ابونا"

اللاعبون :

ينقسم اللاعبون إلى قسمين متساويين في العدد ولكل فريق عريف .

طريقة اللعب :

يجلس أفراد أحد الفريقين ومعهم عريفهم ، بينما يختبئ أفراد الفريق الآخر ولا يبقى منه إلا عريفه الذي يقول "غط راسك يا صيد دا الحمام داسك يا صيد". وذلك ليختفوا ويحذروهم من المطاردين .

وعندما يتم الاختفاء يبدأ عريف فريق المطاردين بمطاردة الأفراد المختبئين ، ويتمز الأفراد المختبئون فرصة ابتعاد عريف المطاردين فيذهبون إلى باقي أفرادهم ويضربونهم . وهؤلاء يصبحون "عجرونا يا ابونا" . حتى يعود عريفهم ويطاردتهم . فاذا أمسك العريف بأحدهم يقع الفريق بأكمله ويتبادل الفريقان الأماكن .

٢٠٩ — "عسكري تضيق"

يُختار لاعب ليقف منحنيا مع ثني الرأس أماما وسند اليدين على الركبتين أو الفخذين .

ويقف اللاعبون في قاطرة بعضهم خلف بعض . ويبدأ اللاعب الأول الجرى والقفز فوق ظهر اللاعب . وعند نزوله يقف في مكانه ولا يتحرك . ثم يتبعه اللاعب الثاني ويقفز أيضا في اتجاه آخر محاولا النزول في ناحية فسيحة . ثم يتبعه الآخرون كل بدوره محاولا القفز والنزول في أي مكان بدون لمس أي لاعب واقف ، أو لمس جسم اللاعب الذي يقفز فوقه بالرجلين .

وإذا نجح الجميع في ذلك تعاد اللعبة مرة أخرى . وإذا لمس لاعب لاعبا آخر فإنه يتخذ وضع الإنحناء ويقفز اللاعبون فوقه .

٢١٠ - حنك الدنك

وهي نوعان :

أولاً - يُقترح على لاعب ينحني واضعاً كفيه على ركبتيه ، وتوضع فوق ظهره طاقيّة . ويبدأ العريف بالقفز فوق اللاعب المنحني بشكل يختاره هو . وعلى اللاعبين الآخرين أن يقلدوه في قفزته قائمين (جولى على جول عريفى) وإذا فشل أحدهم في تقليد العريف ينحني بدل اللاعب المنحني . وكذلك من يسقط الطاقيّة من فوق ظهره .

ثانياً - يُقترح على لاعب ينحني . ويتفق سراً مع حكم ينتخبونه على اسم محصول مثلاً أو فاكهة أو خلافه . ويعلن الحكم نوع المسابقة . وكل من يقفز فوق اللاعب المنحني يذكّر باسم محصول من هذا النوع (إذا كان باب المسابقة المحاصيل مثلاً) . وهكذا حتى يذكّر أحد اللاعبين اسم المحصول المتفق عليه فيقرر الحكم أن ينحني . وكذلك ينحني كل من ذكر اسم محصول من المحاصيل كان قد ذكر قبلاً .

ويصح للاعب أن يمتنع عن القفز إذا وجد أن باب المسابقة لم يبق فيه مجال لذكر أنواع مطلوبة . ويُطالب بتغيير باب المسابقة .

٢١١ - الحديد

الأدوات :

الحديد وهو قطعة من المعدن صغيرة أو خرزة أو ما شابه ذلك . ومنديل ملفوف ومعقود من الوسط " طرة " .

اللاعبون :

فريقان يأخذ أحدهما الحديد والآخر المنديل .

طريقة اللعب :

يتعد فريق الحديد ويقف أعضاؤه في حلقة ضيقة ويخفون الحديد في يد أحدهم . ثم يرجعون في صف وكلهم مقفلون أيديهم . ويتقدم أحد أعضاء فريق الطرة لأخذ الحديد قائلا هذه " فاضية " مشيرا إلى يد أحد اللاعبين . فإذا كانت خالية فتحها صاحبها وأنزلها بجانبه . ويستمر اللاعب على هذا المنوال حتى يستطيع أن يستخلص الحديد . أما إذا كان بها الحديد فإن كل لاعب من فريق الحديد يضربه ضربة على يده بالطرة . ثم تعاد اللعبة ثانية على أن يتقدم لاعب غيره من فريقه للبحث عن الحديد .

وإذا استخلص اللاعب الحديد فإن فريقه يكون هو الحائز للحديد . وتعطى الطرة للفريق الآخر .

وللاعب الجرى أن يشير إلى يد ويقول : " ارم الحديد " إذا اعتقد أن الحديد بها دون أن يفض يدا بعد الأخرى .

وإذا لم يستخلص الحديد فإن الفريق يبقيه معه ولكنه في الدور الذي يلي ذلك يجب عليه أن يجعل اليد التي كانت بها الحديد خالية .

٢١٢ — "الطاقية في اللعب"

الأدوات :

طاقية .

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكون من ٥ إلى ١٠ لاعبين . يأخذ أحدهما الطاقية بالقرعة ويجلس أفرادها في قاطرة . أما الفريق الثاني فيقف بعيدا عنهم بمسافة قدرها ١٠ أمتار تقريبا .

طريقة اللعب :

يأخذ رئيس الفريق الجالس الطاوية . ويمر على أفراد فريقه ليخفيها مع أحدهم فيمر عليهم واحدا واحدا حتى يضلل الفريق المضاد . وعندما يخفى الطاوية يتقدم رئيس الفريق الآخر ويحاول معرفة مكانها ، بأن ينظر الى وجوه اللاعبين ، ثم يشير على اللاعب الذي يظن أنه يخفيها . فإذا صح ذلك من أول مرة يتبادل الفريقان أما كنهما . وإذا لم يجدها يستمر الفريق الأول في تكرار المباراة .

شروط اللعب :

- (١) تعطى نقطة للفريق عند فشل الفريق الآخر في تعيين مكان الطاوية .
- (٢) الفريق الحائز على أكبر عدد من النقاط يعدّ فائزا .
- (٣) عند العثور على الطاوية لا تحتسب نقطة للفريق بل تنتقل الطاوية له فقط .

٢١٣ — ”انزل ولا تنزل“

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ثلاثة إلى عشرة لاعبين . يتفقان بطريق القرعة على أيهما يكون الراكب وأيهما يُركب . ويقف لاعبو الفريق الأخير مع تباعد القدمين والانحناء لسند اليدين على الركبتين . ماعدا الرئيس فإنه يقف معتدلا بعيدا مع تغمية عينيه بمنديل .

ويتفق رئيس الفريق الراكب سرا مع لاعبيه على تسمية كل منهم باسم حيوان أو مكان أو فاكهة أو خضر أو ما شابه ذلك .

طريقة اللعب :

يركب كل عضو من الفريق الراكب فوق ظهر لاعب من الفريق الآخر . ثم ينادى رئيس الفريق الراكب " انزل ولا تزلزل " . فينزل أحد أفراد فريقه ويمشى دون صوت إلى أن يلمس رأس الرئيس المغمى . ثم يرجع ويركب كما كان . عندئذ ترفع العصا به عن عيني الرئيس المغمى . فيستفتح بالحدس والتخمين أى اللاعبين نزل ولمسه ويشير إليه . فإن أصاب بآل الفريقان مركزيهما . وإلا استمر فريقه مركوبا . ويمكن أن يتفق الرئيس الراكب مع أعضاء فريقه على أسماء جديدة وهكذا .

شروط اللعب :

لا يجوز أن يشير أى لاعب مركوب بأية إشارة تدل على الراكب الذى نزل كأن ينظر اليه من طرف أو يشير بأصبع بطريقة خاصة .

٢١٤ — البحر المالح

اللاعبون :

فريقان كل منهما مكوّن من ٥ إلى ١٠ لاعبين .

طريقة اللعب :

يجلس لاعبان من الفريق الذى خسر القرعة على الأرض وجها لوجه ويحاول أفراد الفريق الاثنى الوثب بينهما واحد بعد الآخر بالطرق الآتية :

(١) يمد اللاعبان الجالسان رجليهما أماما على الأرض ويحاول الفريق الآخر الوثب فوقهما .

(٢) ثم يرفع اللاعبان الجالسان قبضتيهما أماما فوق رجليهما . ويثب الفريق الآخر فوقهما .

- (٣) ثم يقترب اللاعبان بعضهما من بعض ويضعان قبضة يديهما فوق بعضهما . ثم يثب الفريق الآخر فوقها .
- (٤) ثم يقترب اللاعبان بعضهما من بعض ويضعان ثلاثة أشبار أو أربعة فوق بعضهما ثم يثب الفريق الآخر فوقها .
- (٥) ثم يجلس كلا اللاعبين مع فتح الرجلين . ويثب الفريق الآخر فوق الرجلين وتسمى هذه ”بالبحر الصغير” .
- (٦) ويكرر البحر الصغير مع قبضة واحدة واثنين وثلاث وأربع .
- (٧) ويكرر البحر الصغير مع شبر واحد واثنين وثلاثة وأربعة .
- (٨) ثم يجلس كلا اللاعبين مع فتح الرجلين ، بعيدا جدا عن بعضهما ، ويثب الفريق الآخر فوقهما . وتسمى هذه ”بالبحر الكبير” .
- (٩) الجلوس مع مد الرجلين . ثم ووضع قدم فوق الأخرى ثم ثلاث وأربع والوثب فوقها .

شروط اللعب :

- (١) إذا لمس أحد اللاعبين أثناء الوثب أى جزء فى جسم اللاعبين الجالسين على الأرض يتبادل الفريقان مكانيهما .
- (٢) تعطى نقطة للفريق إذا نجح جميع لاعبيه فى كل طريقة على حدة .
- (٣) الفريق الذى يحوز على أكبر عدد من النقاط يعد فائزا

٢١٥ — العصفورة والمضرب



(شكل ١١)

الماعب :

دائرة قطرها حوالى ٥٠ سم . وعلى بعد ٦ أمتار منها خط .

الأدوات :

قطعة خشب منشورية الشكل تسمى "العصفورة"، طولها ١٠ سم وعرضها ٣ سم تقريبا، ومدببة من الطرفين. ومضرب خشب طوله ٦٠ سم وعرضه ٥ سم وسمكه ٥ سم.

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من لاعبين الى عشرة لاعبين. فريق لضرب العصفورة مبعدا إياها عن الدائرة أكبر مسافة ممكنة ويسمى "الفريق الضارب". بينما يتشتر الفريق الآخر في الملعب ايرجع العصفورة من نفس الطريق الذي اتخذته. ويقف أحد لاعبي هذا الفريق الأخير على الخط لرمى العصفورة إلى الدائرة محاولا أن يجعلها تستقر داخل الدائرة. فإن استقرت داخلها عاد اللاعب الضارب خارجا (مغلوبا) ويأخذ لاعب آخر من فريقه مكانه.

وإن استقرت على محيط الدائرة فإن أول شخص يضرب العصفورة له الحق في ضربة واحدة فقط. أما باقي أعضاء الفريق فلكل منهم الحق في ثلاث ضربات وإن استقرت العصفورة خارج الدائرة كان لكل شخص من الضاربين الحق في ثلاث ضربات.

طريقة اللعب :

يرمى اللاعب العصفورة على الدائرة. وبعد هبوطها يضربها أول لاعب من الفريق الضارب على الجزء المدب حتى ترتفع وتطير إلى أعلى، فيضربها إلى الأمام قبل أن تنزل الأرض ليرميها بعيدا. وعندما تستقر على الأرض يضربها مرة ثانية وثالثة (ثم يسلم المضرب للاعب آخر من فريقه لبدأ دوره). وهكذا حتى ينتهي الضاربون كلهم).

ثم يعرض رئيس الضاربين على رئيس الفريق الآخر إرجاع العصفورة إلى مكانها الأصلي أى في محاذاة الدائرة في عدد معين من الضربات، فإن رأى رئيس الفريق الآخر أن هذا العدد من الضربات قليل يرفض. ويعرض على الفريق

الضارب أن يرجعها ثانية بنفسه بزيادة ضربة عن العدد المقترح فإن قبل بدأ اللعب ، وإلا زاد العدد ضربة أخرى وهكذا حتى يتفقا .

وليس لأى لاعب الحق فى التدخل فى المناقشة فى هذا الاتفاق . فإذا تدخل أحد اللاعبين فى المساومة تضاف ضربة إلى العدد الذى ينطق به رئيسه عقابا للفريق .

ثم يبدأ أحد لاعبي الفريق الذى تعهد أن يرجع العصفورة إلى مكانها بضررها ، وللرئيس أن يغيره بلاعب آخر . فإن استطاع أن يرجعها كسب فريقه من النقط ما يساوى عدد الضربات . وإن لم يستطع خسر فريقه نقطا تساوى عدد الضربات المتفق عليه . ويبدأ الفريق الآخر اللعب .

شروط اللعب :

(١) إذا لمست العصفورة شخصا من اللاعبين أثناء مروقها فى الهواء أضيفت ضربة أخرى للضارب إذا كان الملموس من الفريق المضاد ، أو تحذف ضربة من الضارب إذا كان الملموس من فريقه .

(٢) إذا كانت العصفورة فى وضع لا يساعد الضارب على أن يوجهها إلى الاتجاه الذى يريده فله الحق فى أن يعدلها على أن تخصم من ضرباته الثلاث واحدة إذا كان من الفريق الذى يبعدها عن الدائرة ، ولكن إذا كان من الفريق الذى يرجعها إلى مكانها فلا تخصم منه .

(٣) إذا ضرب المضرب الأرض أو لمسها أثناء ضرب العصفورة إلى الأمام يسمى ذلك ” كشطة ” : وتخصم ضربة من الشخص الذى يضرب العصفورة إذا كان مبعدا إياها عن الدائرة ، ولا يخصم منه شئ إذا كان من الفريق الذى يحاول إرجاعها .

(٤) إذا ضرب شخص العصفورة ضربة الاسمعداد (على الجزء الرفيع) ولم ترتفع العصفورة فى الهواء عدت هذه ضربة .

(٥) إذا ضرب لاعب العصفورة ضربة الاستعداد وارتفعت في الهواء فإن له الحق في أن يضربها أى عدد من الضربات قبل أن تنزل الأرض . ولا تحتسب هذه الضربات الإضافية في عدد ضرباته الثلاث الأصلية . فمثلا إذا طارت العصفورة في الهواء فاضربها اللاعب أماما وعاليا وجرى ليستقبلها بمضربه ثم ضربها أماما وعاليا مرة ثانية قبل أن تقع على الأرض ، وهكذا حتى تلمس الأرض ، فإن كل هذه الضربات تعد ضربة واحدة .

(٦) للاعب الذى يضرب العصفورة الحق في أن يجعلها ترتفع مرات (تتنطط) بضربات صغيرة فوق مضربه (من غير أن تستقر على المضرب) ويتقدم بها للأمام بعيدا عن الدائرة حتى تقع منه على الأرض .

(٧) يمكن الاستثناء عن الاتفاق على إرجاع العصفورة ، بالوثب من مكان استقرار العصفورة حتى الدائرة . وبذلك يعين عدد الوثبات الممكنة بدلا من عدد مرات ضرب العصفورة .

٢١٦ — البلى

الملعب :

مثلاث طول ضلعه ٢٠ أو ٣٠ سم وفقا لعدد البلى . يوضع البلى داخله ، وعلى بعد ٦ أمتار تقريبا من هذا المثلث يرسم خط أفقى .

الأدوات :

عدد من البلى وبلية نيكل أو بلية كبيرة لكل لاعب .

اللاعبون :

فريقان كل منهما من اثنين إلى ستة لاعبين ، يتفقون على مقدار البلى الذى سيلعبون به فمثلا ٥ أو ١٠ أو ٢٠ بلية من كل لاعب .

طريقة اللعب :

يوضع عدد من البلى يتفق عليه فى المثلث . ويقف الجميع فى محاذاته ويرمون البلى النيكل نحو الخط الأتى . واللاعب الذى يكون نيكله أقرب إلى الخط تعطى له فرصة بدء اللعب . ويليه فى اللعب اللاعب الذى نيكله الثانى فى الترتيب بالنسبة للقرب من الخط وهكذا .

ثم يقف اللاعب الأول خلف الخط ويرمى نيكله فى اتجاه المثلث ، أو أى اتجاه آخر ماعدا خلف الخط . وله الحق أن يقول ” وراء الخط “ ولا يلعب فى هذا الدور بل يلعب بعد أن يلعب جميع اللاعبين الآخرين .

وإذا رمى اللاعب نيكله ناحية المثلث فأصاب عددا من البلى وأنخرجه خارج حدود المثلث ، أخذ هذا البلى . واستمر فى رمى نيكله على البلى من المكان الذى يستقر فيه ، حتى يفشل فى إخراج باقى البلى من المثلث . فيترك نيكله حيث استقر ويلعب الشخص الذى يليه وهكذا .

شروط اللعب :

(١) تحتسب لكل بلية يكسبها اللاعب نقطة . وعند انتهاء اللعب يرد البلى لأصحابه بعد احتساب النقاط التى يكسبها لاعبو كل فريق .

(٢) للاعب الحق فى أن يرمى نيكله نحو نيكل أى لاعب آخر فإذا أصابه أخذ من صاحبه كل ما كسبه وأنخرجه من اللعب .

(٣) إذا رمى لاعب نيكله نحو المثلث فاستقر داخل الحدود خرج هذا اللاعب من اللعب ، ووضع جميع البلى الذى أخذه داخل المثلث .

(٤) للاعب إذا أتت فرصته للعب ألا يرمى نيكله نحو المثلث أو نحو نيكل لاعب آخر . وله الحق فى أن يضع نيكله بيده فى أى مكان بالقرب أو بعيدا عن المثلث .

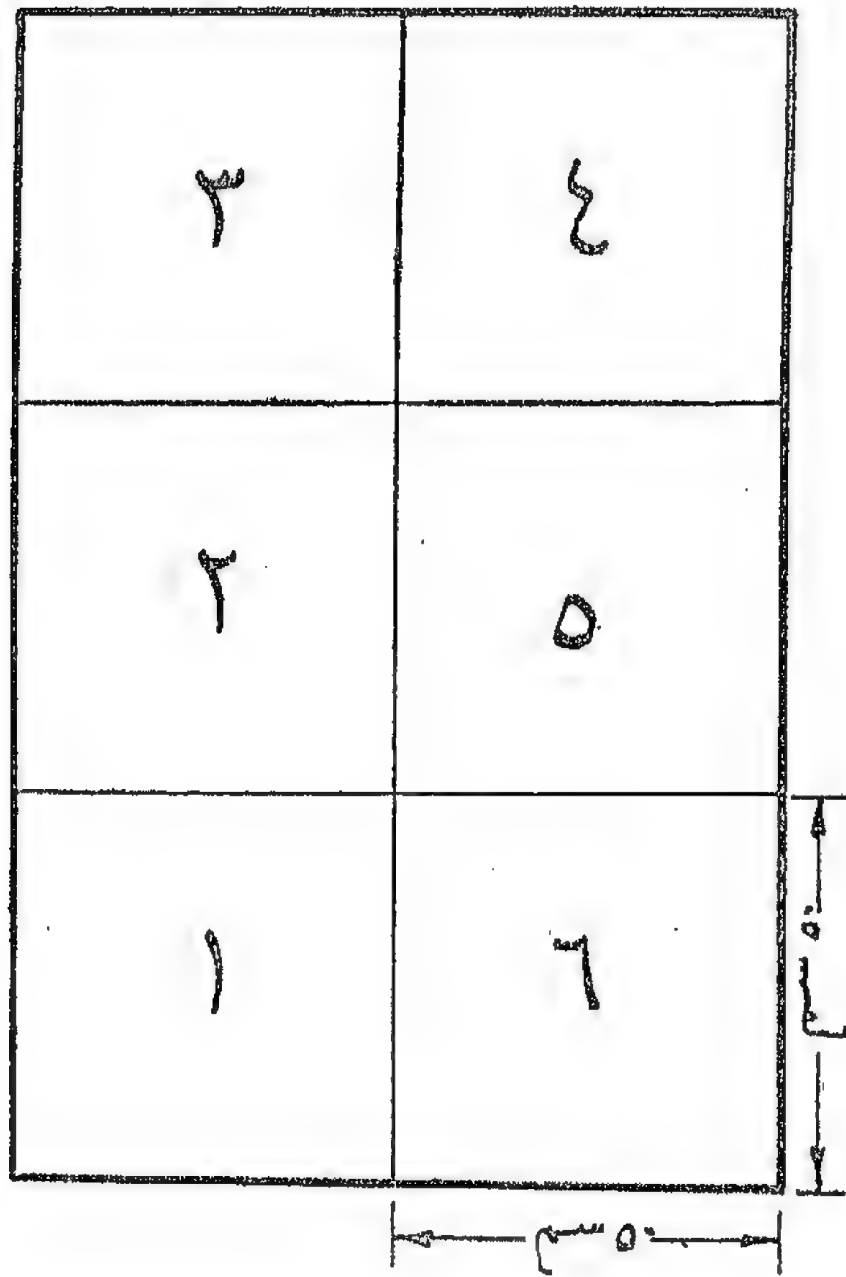
(٥) إذا بقيت فى المثلث بلية واحدة فباللاعب الذى عليه الدور فى اللعب أن يطلب من لاعب آخر من الذين كسبوا بليا من المثلث (فى العادة أكبر عدد

من البلى) أن يضع نيككه فى أى مكان (على مسافة معقولة) . ثم يقيس المسافة بين نيككه هو وبين المثلث ، و يأخذ نفس المسافة فى جهة مقابلة بحيث يصير نيككه والبلىة ونيكل الشخص الآخر فى اتجاه واحد . ثم يرمى نيككه على البلىة بقوة تجعله قريباً من نيكل الشخص الآخر . فإذا خرجت البلىة عن حدود المثلث يكون له الحق أن يرمى نيككه مرة ثانية نحو نيكل اللاعب الثانى ، فان أصابه أخذ منه البلى الذى اكتسبه ، وإن لم يصبه لا يأخذ منه شيئاً وينتهى اللعب .

(٦) لا يسمح لأى لاعب بتسوية الأرض قبل رمى نيككه .

(٧) لا يسمح لأى لاعب بالوقوف أو المشى على المثلث فى أثناء اللعب .

٣١٧ — ” البيوت أو الرسته “



(شكل ١١٢)

الملاعب :

يخطط الملعب بالطباشير على الأرض .

الأدوات :

قطعة حجر مسطحة صغيرة الحجم .

اللاعبون :

أى عدد من اللاعبين ، يأخذ كل لاعب دوره حسب الترتيب المتفق عليه .

طريقة اللعب :

يقف اللاعب الأول على قدم واحدة خلف حدود الملعب ويده الحجر ويتبع الطرق الآتية بترتيبها .

أولاً — يرمى الحجر داخل المربع الأول . ويحجل داخل المربع لدفع الحجر خارجاً بقدمه حتى يمر فوق الخط . ثم يحجل خارج المربع فوق الخط فإذا نجح فى ذلك يستمر لعبه للمربع الثانى .

ثانياً — يرمى الحجر داخل المربع الثانى . ويحجل داخل المربع الأول ثم الثانى . ويدفع الحجر خارج المربعين ليمر فوق الخط . ثم يحجل للمربع الأول فإخارج . ويستمر اللاعب فى اللعب للمربع الثالث والرابع حتى ينتهى من جميع المربعات .

شروط اللعب :

- (١) لا يسمح بتغيير القدم الذى يحجل بها اللاعب أثناء اللعب .
- (٢) لا يجوز لمس الأرض بالقدم المرفوعة أو بأى جزء من جسم اللاعب .
- (٣) إذا لمس لاعب خطاً بالقدم التى يحجل بها فيعد هذا خطأ .
- (٤) إذا أتم اللاعب المربعات كلها فيختار أحد المربعات المرسومة لتكون بيتاً له يستريح فيه بقدميه فى الجمل فى الذهاب وإياب عند تكرار اللعب .
- (٥) عند رمى الحجر فى المربع يجب أن ينزل بأكمله داخله . وإذا لمس أو تعدى خطاً من خطوط المربع فيعد هذا خطأ .

(٦) عند دفع الحجر بالقدم يجب أن يخرج وراء خط نهاية المربع وليس على خط الجانب .

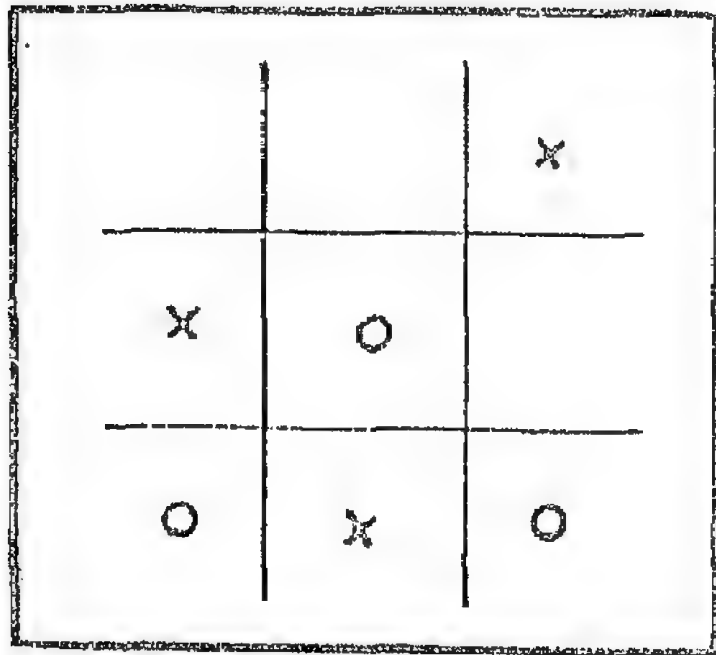
(٧) يجوز للاعب أن يجعل حول الحجر داخل المربع كما يشاء في أثناء أو بعد دفع الحجر .

(٨) لا يجوز للاعب أثناء رمي الحجر داخل المربع أن يلمس الخطوط التي تحدد المربع بقدمه أو بأي جزء من جسمه .

(٩) يأخذ كل لاعب دوره حسب الترتيب . وإذا فشل لاعب لسبب ما أثناء اللعب فيدخل اللاعب الذي يليه ، وإذا جاء دوره مرة ثانية لأنه يبدأ من المربع الذي وقع عنده .

(١٠) اللاعب الفائز هو الذي يكون له أكبر عدد من البيوت .

٢١٨ — السبيجة



(شكل ١١٣)

الملعب :

يرسم مربع على الأرض أو على لوح اردواز ويرسم داخله خطان رأسيان وآخران أفقيان فينقسم بذلك إلى تسعة مربعات .

الأدوات :

ثلاث قطع من الحجارة أو الزلط أو النقود أو ما شابه ذلك لكل لاعب ، على أن تكون قطع اللاعب مخالفة لقطع الآخر . ونسمى هذه القطع ”بالكلاب” .

اللاعبون :

اثنان .

طريقة اللعب :

(١) يجلس اللاعبان بعضهما أمام بعض والمربع بينهما وتوضع القطع الثلاث لكل لاعب في الثلاثة المربعات الأفقية القريبة منه . ثم يأخذ اللاعب الأول دوره لتحريك قطعة من قطعه في المربعات الحالية في أى اتجاه شاء ، على شرط ألا يتحرك أكثر من خانة واحدة . ويلعب الثانى بدوره على شرط ألا توضع قطعتان في مربع واحد .

واللاعب الذى يتمكن من وضع قطعه الثلاث بعد تحريكها في خط واحد ، أى في ثلاثة مربعات أفقية أو رأسية أو مائلة يعد فائزا .

(ب) ذات الخمس والعشرين عينا : وهى مربع كل ضلع فيه يتكون من ٥ عيون ، فيكون مجموعها ٢٥ عينا . ويستعمل كل لاعب ١٢ قطعة (كلبا) من الحجر .

طريقة اللعب :

يبدأ أحد اللاعبين بوضع حجرتين ، يتلوه الآخر بوضع اثنتين ، وهكذا حتى يمنع كل منهما مامعه من القطع . وتترك العين الوسطى فارغة . فيبدأ اللاعب بنقل قطعة من قطعه في أى اتجاه بشرط عدم تخطى حجر آخر . وكلما حصر أحدهما حجرا لخصمه بين حجرتين من حجراته ”يأكله” أى يربحه .

واللاعب الفائز هو الذى يأكل جميع قطع خصمه . مع ملاحظة أن اللاعب يصح أن ”يأكل” حجرتين أو أكثر في نقلة واحدة إذا كانت

هذه تحاصر هذا العدد من الحجارة . ويصح أن يستمر اللاعب في النقل طالما كان محاصرا لحجارة خصمه .

(ج) ذات العيون التسع والأربعين : وفيها يكون ضلع المربع مكوّنا من ٧ عيون ويستعمل كل لاعب ٢٤ حجرا . وتترك العين الوسطى . وتلعب بنفس قواعد الخمس والعشرين عينا تماما .

٢١٩ — ”الكبة“

الملعب :

مربع صغير يرسم على الأرض .

الأدوات :

خمس قطع صغيرة مستديرة من الحجارة قطر الواحدة ٣ سم تقريبا .

اللاعبون :

اثنان أو أكثر .

طريقة اللعب :

يضع اللاعب أربع قطع من الحجارة في ركن من المربع ، ويضع القطعة الخامسة فوق ظهر يده . وبدون وقوع قطعة الحجر التي على ظهر يده يبدأ في جمع الأربع القطع واحدة بعد الأخرى في كف يده على شرط ألا تقع واحدة من هذه الحجارة على الأرض أثناء جمعها وإلا عد ذلك خطأ .

ويبدأ اللاعب الذي يليه . فإذا أفلح اللاعب يتبع الطرق الآتية في جمع الحجارة :

أولا — يرمى اللاعب الخمس القطع من الحجارة على الأرض فتتفرق ، ويأخذ إحداها ويرميها عالية في الهواء . ثم يلتقط أخرى من على الأرض بسرعة ويمسك الأولى (قبل أن تهبط على الأرض) والثانية بيد واحدة . ثم يضع واحدة من القطعتين في اليد الأخرى ويرمي الثانية عاليا مكررا نفس العملية حتى يجمع القطع كلها في اليد الأخرى .

ثانيا — يرمى قطعة عاليا ويلتقط قطعتين من الأرض بدلا من قطعة واحدة .
وتنقل القطعتان لليد الأخرى وتكرر .

ثالثا — كسابقتهما غير أنه يرمى قطعة ويجمع ثلاث قطع مرة واحدة ثم القطعة
الرابعة وحدها .

رابعا — كسابقتهما غير أنه يرمى قطعة ويجمع أربع قطع مرة واحدة .

خامسا — يرمى اللاعب الخمس القطع في الهواء ويحاول استقبالا على ظهر اليد
نفسها . والقطع التي تستقر على ظهر اليد يرميها في الهواء ثانية ويمسكها في كف اليد .
واللاعب الفائز هو الذي ينتهي بأكبر عدد من الحجارة في كف يده .

٢٢٠ — ”بلتج — بلتجتين“

يقسم الفصل إلى فريقين متساويين في العدد ويكون أحدهما الفريق الأحمر
والآخر الفريق الأزرق .

الملعب :

يرسم مربع طول ضلعه من ٥ إلى ٨ أمتار . ويقف فيه جميع لاعبي الفريق
الأحمر مثلا . ويرسم خط بعيد عن المربع بقدر ٣ أمتار تقريبا يقف عليه أفراد
الفريق الأزرق .

اللعبة :

يبدأ اللعب بدخول اللاعب الأول من الفريق الأزرق المربع ، وقبل دخوله
يقول : ”بلتج“ فيرد عليه أفراد الفريق الأحمر ”بلتجتين“ وبعد ذلك لا يتكلم مطلقا
وإذا تكلم عد خارجا . ثم يحاول هذا اللاعب لمس أكبر عدد ممكن من اللاعبين
في الفريق الأحمر ، وكل من يلمسهم يخرجون من المربع . وفي نفس الوقت يحاول
أفراد الفريق الأحمر مسك هذا اللاعب داخل المربع ، فإذا أمسكوه لا يعد خارجا
إلا إذا تمكنوا من توثيقه بالذراعين ”تكتيفه“ وأرغموه على الكلام فإذا تكلم
عد خارجا .

وهكذا يدخل كل لاعب بدوره من الفريق الأزرق داخل المربع . ثم يغير
الفريقان أماكنهما .

٢٢١ — ”عندك لبن ... طلع الجبل“

يقسم الفصل إلى فريقين متساويين في العدد ، ويكون أحدهما الفريق الأبيض والثاني الفريق الأخضر .

يجلس الفريقان القرفصاء في قاطرتين موازيتين . ويقف رئيس كل فريق أمام فريقه ومواجهاً له . ويرسم أمام القاطرتين وعلى بعد ١٠ أمتار تقريباً منهما خط عرضي .

اللعبة :

يخفي رئيس الفريق الأبيض مثلاً منديلاً في فتحة قميصه العليا أو جلبابه ، ثم يمر على أفراد فريقه محاولاً إخفاء هذا المنديل في قميص أى لاعب من زملائه أو تحت جلبابه وذلك بوضعه من الفتحة العليا . وفي هذه الأثناء يكون رئيس الفريق الأخضر واقفاً أمام فريقه ومولياً ظهره للفريق الأبيض .

ثم يطلب رئيس الفريق الأبيض من رئيس الفريق الأخضر البحث عن المنديل ومكانه . فيمر على كل لاعب من الفريق الأبيض ويقول له ”عندك لبن“ فيرد عليه اللاعب ”طلع الجبل“ وهكذا حتى ينتهي من سؤال جميع اللاعبين . بعد ذلك يقول للاعب (الذي يعتقد أن المنديل معه) ”أخرج المنديل“ فإذا نجح فإنه يأخذ المنديل ، وتكرر اللعبة مع فريقه ، أما إذا فشل فيتبع ما يأتي :

(١) يقف آخر لاعب من الفريق الأبيض أمام اللاعب الأول من فريقه ويثب وثبة طويلة للأمام وتعمل علامة عندها .

(٢) تعاد اللعبة ثانية من البداية . وفي حالة الفشل يقف اللاعب قبل الأخير من الفريق الأبيض عند خط الوثبة الأولى ويثب أماماً وهكذا .

والفريق الذي يصل إلى الخط المرسوم أولاً بواسطة الوثب الطويل كل مرة يفشل فيها الفريق الآخر بعد فائزاً .

٢٢٢ - الحكشة

الملعب :

أى مكان فسيح يوضع فى نهايته هدفان عبارة عن خطين يحددان الملعب .

الأدوات :

كرة مصنوعة من ليف النخل الذى يربط بقوة بحبل مصنوع من التيل أو مجدول من الليف . ومضارب تصنع من الأجزاء العريضة السفلية من جريد النخل (يؤخذ الجزء المسمى بالقمحف ويصلح بسكين ويزال ما فيه من الشوك . ثم توضع فى الفرن ذى النار الهادئة حتى تتبخر ما فيه من عصارة فيخف وزنه) . أو من عصى شجر السنط .

اللاعبون :

أى عدد من اللاعبين يقسمون إلى فريقين متساويين فى البدء .

طريقة اللعب :

يبدأ اللعب بأن يقول عريف إحدى الفرقتين بعد أن توضع الكرة على الأرض بينهما "ترنيزه" . فيرد الفريق الآخر إشارة إلى الاستعداد قائلا "بحرا بليزة" . وعندئذ تضرب الكرة بالعصى وتمرين اللاعبين ، حتى إذا دفعها فريق خارج خط خصمه صاح أفراداه قائلين (رد) .

٢٢٣ - "الليجم" (وجه بحرى)

الملعب :

أى مساحة يرسم فى ناحية منها خط بعرض الملعب ، وفى الناحية الأخرى نصف دائرة وتسمى "الأم" . وتسمى المسافة التى خاف الخط بمنطقة الحرام .

الأدوات :

عصا صغيرة وكرة مصنوعة من الليف ومربوطة بحبل تيل ربطا قويا .

اللاعبون :

فريقان أحدهما فريق المضرب ويقف أفرادُه خلف منطقة الحرام . والفريق الآخر ويسمى فريق الملعب ويتنشر أفرادُه في الملعب في المنطقة بين الدائرة والخط .

طريقة اللعب :

يقف رئيس الفريق الضارب ممسكا بالمضرب ، ويمسك رئيس فريق الملعب الكرة . ثم ترمى الكرة إلى أعلى . وعلى رئيس فريق المضرب أن يضربها بالعصا وهي عالية أى ”ياجم“ ويجب أن يصيب الكرة في ٣ مرات ، فإن فشل يسقط كل فريقه ويغير الفريقان أما كنهما . أما إذا نجح وضرب الكرة فيبدأ أحد أفراد فريقه بالجرى من المنطقة الحرام التي هي خلف الرئيس إلى ”الأم“ . فإذا أمسك أحد أفراد فريق الملعب الكرة ولمس بها هذا اللاعب وهو يجرى يعد كل فريقه خارجا . ويغير الفريقان أما كنهما .

يستمر رئيس الفريق الضارب في اللعب ٣ مرات . ثم يأتي غيره وهكذا في كل مرة يجرى أحد أفراد الفريق الضارب من المنطقة الحرام إلى الأم أو بالعكس لكي تتاح الفرصة لفريق الملعب في إسقاط فريق المضرب . فإذا لعب جميع أفراد المضرب أو فشل أحدهم في ضرب الكرة ٣ مرات متتالية أو لمس أحدهم في المسافة بين الخط ونصف الدائرة يغير الفريقان أما كنهما .

٢٢٤ - ”الجم“ (وجه تبلى)

تلاب هذه اللعبة في الحقل أو في أى أرض فضاء .

الأدوات :

كرة صغيرة مصنوعة من القماش داخل جورب ، أو مبطنة بالخيوط ، وعصا صغيرة تستخدم في ضرب الكرة .

اللاعبون :

يقسم اللاعبون إلى فريقين أحدهما فريق المضرب ، والآخر هو فريق الكرة الذي ينتشر في أنحاء الملعب عدا واحد منهم يقوم برمي الكرة لأفراد الفريق الآخر ، وموقفه في بداية الملعب عند نقطة الابتداء . ويكون جميع أفراد الفريق الآخر واقفين قرب نقطة الابتداء .

طريقة اللعب :

يمسك أحد أفراد فريق المضرب بالمضرب ، ويطلب من رامي الكرة أن يرميها إلى أعلى بقدر معلوم . فيضربها الضارب بمضربه فإن رأى أن الكرة قطعت مسافة بعيدة تسمح له بأن يخترق الملعب من بدايته حتى نهايته دون أن يصيبه الفريق الآخر بالكرة فعلى ذلك وانتظر في منطقة الأمان . وإن استطاع العودة ثانية فإنه يرجع إلى مكان البدء ويصبح له الحق في اللعب ثانية . وإن لم تقطع الكرة مسافة كبيرة يبقى في مكانه ويبدأ غيره ، وهكذا حتى يجتمع عدد من أفراد فريق المضرب دون أن يتمكنوا من الوصول لمنطقة الأمان . ثم يأتي دور رئيس الفريق فيضرب الكرة بقوة تسمح لأفراد فريقه بالجرى لمنطقة الأمان ثم الرجوع . وفي هذه الحالة يحاول الفريق الآخر إحضار الكرة وضرب أحد أفراد الفريق الآخر بها في المسافة التي بين خط البداية ونهاية الملعب فإن أصابت خسر جميع الفريق .

الغرض من اللعبة :

(١) القوة في الضرب .

(٢) الدقة في التصويب جهة اليمين أو اليسار أو أعلى لمراوغة فريق الملعب .

(٣) بعد ضرب الكرة يجرى الضارب بسرعة لمنطقة الأمان والعكس محاولا

في ذلك مراوغة فريق الملعب حتى لا يأخذوا الكرة ويضربوه بها .

٢٢٥ — ”أول سنو“

الملعب :

مستطيل الشكل .

الأدوات :

كرة من القماش . وهدف ”ميس“ وهو قطعة خشب على شكل مثلث طول ضلعه ٢٠ سم تقريبا .

اللاعبون :

فريقان عدد كل منهما من ٥ إلى ١٠ لاعبين . يكون أحدهما ”فريق الملعب“ وينتشر فيه والآخر ”الفريق الضارب“ ويقف بجانب الميس .

طريقة اللعب :

يبدأ لاعب من الفريق الضارب بضرب الكرة بيده بطريقة وترتيب خاص في أى اتجاه في الملعب . ويحاول لاعبو الفريق الآخر إيقافه عن اللعب بلقنف الكرة وهى فى الهواء قبل نزولها على الأرض ، أو برمى الكرة على ”الميس“ لإصابته ، وعندئذ يعد اللاعب الضارب خارجا . فإن فشلوا يستمر فى اللعب حتى يغلب . فيبدأ لاعب آخر من فريقه من حيث انتهى ويستمر حتى يخرج من اللعب . وهكذا حتى ينتهى أفراد الفريق الضارب فيتبادل الفريقان أما كنهما .

طريقة ضرب الكرة وترتيبها :

(١) كرا — وهى كلمة مصرية قديمة معناها ”أول“ .

يقف الضارب بجانب ”الميس“ وظهوره للفريق المنتشر فى الملعب ويرمى الكرة إلى أعلى بيده ، ثم يضربها بنفس اليد للأنف فإذا أذبح لاعبو الملعب فى لقفها يعد الضارب مغلوبا ، وإذا لم يفلح تصوب الكرة من مكان نزولها على الأرض على ”الميس“ فإن أصابته يعد مغلوبا أيضا . وإلا يكرر الضارب الضربة

بنفس الطريقة مرتين بحيث تكون الكرة في المرة الثالثة عالية جدا . و بعد أن ينتهى من هذه الضربة الخاصة يبدأ بالضربة الثانية .

(٢) ”سنو“ — يقف اللاعب بجانب الميس معطيا جانبا للفريق المنتشر . ثم يرمى الكرة بيده لأعلى وعند نزولها يضربها بنفس اليد في الملعب . و يكمل اللاعب بالطريقة نفسها مرتين بعدها يبدأ الطريقة الثالثة .

(٣) ”شكا“ — مثل ”سنو“ إلا أن اللاعب يرمى الكرة عاليا بيد و يضربها باليد الأخرى (٣ مرات) .

(٤) ”دقه“ — يرمى اللاعب الكرة لأعلى . ثم يصفق مرة و يضرب الكرة ناحية الفريق المضاد عند نزولها (٣ مرات) .

(٥) ”تحكه“ — يرفع اللاعب رجلا و يرمى الكرة من تحتها إلى أعلى ، وفى أثناء حركتها يلف ذراعيه بحركة دائرية أمام بعضهما و يضرب الكرة عند نزولها ناحية الفريق المنتشر (٣ مرات) .

(٦) ”ودنه“ — يسك اللاعب أذنه باليد المقابلة ، ثم يرمى بالكرة لأعلى من داخل الذراع الماسكة للأذن و يضرب الكرة عند نزولها وهو فى نفس الوضع بشرط ألا يترك أذنه طوال فترة اللعب كلها . وإلا عُد خارجا (٣ مرات) .

(٧) ”رجله“ — يرمى اللاعب الكرة إلى أعلى ثم يضربها بقدمه (٣ مرات) .

(٨) ”سلطانية“ — يشكل اللاعب يده التى سترمى الكرة إلى أعلى على هيئة سلطانية بأن يضم راحة اليد قليلا ، ثم يلعب مثل ”شكا“ (٣ مرات) .

(٩) ”شد الحبل“ — يجثو اللاعب على ركبة واحدة ثم يرمى الكرة لأعلى من تحت الرجل الأمامية و يضرب الكرة عند نزولها (٣ مرات) .

(١٠) ”سقفه“ — مثل ”شكا“ إلا أن اللاعب يصفق سبع مرات . ويجب أن تكون كل رمية أبعد من سابقتها ، فإذا كانت مساوية لها أو أقل منها يوقف اللاعب .

ملاحظة — إذا أوقف اللاعب في أول رمية من أى دور فإن اللاعب التالى
يبتدىء من الضربة السابقة لهذه . فمثلا إذا أوقف اللاعب في أول رمية في ”شكا“
فإن زميله يبتدىء من أول سنو ولكنه إذا أوقف في ثانى أو ثالث رمية فإن الزميل
يبتدىء من أول ”شكا“ .

والفريق الفائز يوقع عقوبة على الفريق المهزوم وفقا لما يراه الرئيس . وتكون
العقوبة في العادة ركوب الفريق الفائز لمسافة محدودة من الملعب .

٢٢٦ — التخطيط

الملعب :

أرض مستوية على شكل دائرة قطرها ١٠ أمتار .

الأدوات :

عصا من الخشب المتين ، ويحسن أن يكون من النوع المسمى ”الشوم“ ، طولها
من ١٥٠ سم إلى ١٨٠ سم وسمكها نحو ٢,٥ سم ، غير أنها تكون غليظة من طرف
ورفيعة من الطرف الآخر مع التدرج في السمك .

اللاعبون :

لاعبان كما في المبارزة بالشيش أو السيف يمسك كل منهما عصا من ناحيتها
الغليظة .

طريقة اللعب :

يبدأ اللعب بأن يسير اللاعبان في دائرة حول بعضهما ثلاث لفات ، وهما يلوحان
بالعصا فوق الرأس (وتعتبر هذه تحية) . ثم يواجهان بعضهما ويلوحان بالعصا
يميناً أو يساراً أو أماماً أو خلفاً حتى يتعرض وينكشف لأحد اللاعبين جزء من
جسم خصمه ، فيلمسه بعصاته وتعتبر هذه نقطة ضد اللاعب الملموس .

شروط اللعب :

- (١) يستطيع اللاعب مسك العصا في أثناء اللعب بيد واحدة أو باليدين معا . كما يستطيع أن يمسكها بيد ويحلق يده الأخرى بسرعة عليها حتى تصبح العصا أفقية أو مائلة فتغطي جسمه وتدرأ عنه ضربة خصمه .
- (٢) يستطيع اللاعبان الانتقال سريعا من مكان لآخر ، أو الجثو على ركبة أو ركبتيين للمراوغة والبعد عن العصا حتى ينكشف جزء أمامي من جسم الخصم .
- (٣) يمكن اللاعب أن يلمس خصمه بالعصا في أى جزء من أجزاء جسمه (كما تلعب في الوجه القبلى) ، أو يلمس رأسه فقط بها (كما في وجه بحرى) .
- (٤) يجب أن يكون اللبس خفيفا كما يشترط أن يكون بالعصا فقط .
- (٥) لا يصح مطلقا الدفع باليد أو العرقلة بالرجل .
- (٦) تتوقف المهارة في اللعب على مرونة مفصل اليد ، وسرعة حركة العصا والخطط المحككة التى يضعها اللاعب ، كى يحمل خصمه على كشف جسمه كما فى الملاكمة أو الشيش .
- (٧) يعتبر اللاعب مغلوبا إذا لمس من أول مرة ، أو يتفق اللاعبان قبل اللعب على عدد النقاط التى يعد اللاعب بعدها مغلوبا .

تم طبع هذا الكتاب بالمطبعة الأميرية ببولاق

فى يوم ٢٦ صفر سنة ١٣٦٢

(٣ مارس سنة ١٩٤٣) م

مدير المطبعة الأميرية

محمد دكرى